

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Иркутской области

Управление образования Куйтунского района

МКОУ «Ленинская СОШ»

РАССМОТРЕНО
на заседании
педагогического совета
школы
Протокол №9
от «29» 08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
Верницкой О.Н.
Приказ № 70-3
от «30» 08 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 3146875)

Внеурочной деятельности

по предмету «Физическая культура»

подвижные игры

для обучающихся 1 - 4 классов

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Физическая культура является составной частью образовательного процесса обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Она решает образовательные, воспитательные, коррекционно-развивающие и лечебно-оздоровительные задачи.

Актуальность данной программы заключается в том, что физическое воспитание рассматривается и реализуется комплексно и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым обучением; занимает одно из важнейших мест в подготовке этой категории обучающихся к самостоятельной жизни, производительному труду, воспитывает положительные качества личности, способствует социальной интеграции школьников в общество.

Программой предусмотрены следующие виды работы: беседы, выполнение физических упражнений. Кроме этого включен контроль физической подготовленности. Тесты подбираются исходя из задачи комплексной оценки развития двигательных способностей ребенка: силовых, скоростных, координационных, гибкости и общей выносливости. При оценке учитываются индивидуальные особенности ребенка

Основная цель изучения данного предмета заключается во всестороннем развитии личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их к физической

1. Формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни; соблюдение индивидуального режима питания и сна.
2. Воспитание интереса к физической культуре и спорту, формирование потребности в систематических занятиях физической культурой и доступных видах спорта.
3. Формирование и совершенствование основных двигательных качеств: быстроты, силы, ловкости и других.
4. Формирование умения следить за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, адекватно их дозировать.
5. Овладение основами доступных видов спорта (легкой атлетикой, гимнастикой, лыжной подготовкой и другими) в соответствии с возрастными и психофизическими особенностями обучающихся.
6. Коррекция недостатков познавательной сферы и психомоторного развития; развитие и совершенствование волевой сферы.
7. Воспитание нравственных качеств и свойств личности.

Задачи:

Образовательные задачи включают два основных аспекта:

- первый связан с овладением техникой основных движений в ходьбе, беге, прыжках, метании, гимнастических и легкоатлетических упражнениях и подвижных играх.
- Второй с формированием основ гигиенических знаний, знаний о технике безопасности на занятиях физической культурой и технике выполнения физических упражнений.

Развивающие:

- Направлены на концентрацию в области развития физических способностей ребенка

координационных, скоростных, словых, общей выносливости, гибкости.

Воспитательные:

- Направлены на формирование устойчивого интереса к физической культуре и воспитанию нравственных качеств и свойств личности.

Оздоровительные задачи:

- Призваны развивать возможности систем организма, направлены на профилактику и коррекцию соматических заболеваний и нарушений здоровья, на коррекцию двигательных нарушений и развитие волевой сферы.

1.1 Психолого-педагогическая характеристика обучающихся .

Особенности психофизического развития детей определяют специфику их образовательных потребностей. Исходя из этого, обучающихся целесообразно поделить на три группы:

1 группа обучающихся для, которых характерна умственная отсталость в умеренной степени, она сочетается с нарушениями зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата, расстройствами аутистического спектра и эмоционально-волевой сферы, выраженными в различной степени и сочетающимися в разных вариантах. У некоторых детей выявляются текущие психические и соматические заболевания, которые значительно осложняют их развитие и обучение.

Часть детей, отнесенных к данной группе категории, имеют тяжёлые опорно-двигательные нарушения неврологического генеза (сложные формы ДЦ, гиперкинез и т.д.), вследствие которых они полностью или почти полностью зависимы от посторонней помощи в передвижении, самообслуживании, предметной деятельности и коммуникации. Часть детей с умеренной, умственной отсталостью имеет замедленный темп, вялость, неловкость движений. У других наблюдается повышенная подвижность, сочетающаяся с не целенаправленностью, беспорядочностью, не скоординированностью движений.

Характер развития детей зависит от ряда факторов: этиологии, патогенеза нарушений, времени возникновения и сроков выявления отклонений, характера и степени выраженности каждого из первичных расстройств, специфики их сочетания, а также от сроков начала, объема и качества коррекционной помощи. Развитие детей данной группы, у которых менее выражено интеллектуальное недоразвитие, благоприятствует формированию представлений, умений и навыков, значимых для их социальной адаптации. Так, у большинства детей проявляется интерес к общению и взаимодействию, что является предпосылкой для обучения использованию невербальных средств коммуникации (жесты, мимика, графические изображения и др.). Способность ребенка выполнять отдельные двигательные действия (захват, удержание предмета, контролируемые движения шеи и др.) создаёт предпосылки для обучения отдельным операциям по самообслуживанию и предметно - практической деятельности.

2 группа обучающихся, для которых характерна умственная отсталость в тяжелой степени, она так же сочетается с нарушениями зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата, расстройствами аутистического спектра и эмоционально-волевой сферы, выраженными в различной степени и сочетающимися в разных вариантах. У некоторых детей выявляются текущие психические и соматические заболевания, которые значительно осложняют их развитие и обучение. Обще моторное развитие, как правило, нарушено. Имеются отклонения в координации, точности и темпе движений. Движения замедленны, неуклюжи. У обучающихся возникают большие сложности при переключении движений, быстрой смене поз и действий.

3 группа часть детей, отнесенных к данной группе категории, имеют тяжёлые опорно-двигательные нарушения неврологического генеза (сложные формы ДЦП, спастический тетрапарез, гиперкинез и т.д.), вследствие которых они полностью или почти полностью зависимы от посторонней помощи в передвижении, самообслуживании, предметной деятельности и коммуникации. Спастика конечностей часто осложнена гиперкинезами. Процесс общения затруднен в связи с несформированностью языковых средств и парезами органов речи.

В связи с неразвитостью волевых процессов дети оказываются не способны произвольно

регулировать свое эмоциональное состояние в процессе деятельности, что не редко вызывает проблемы поведения.

Разделение на группы в данном случае носит условный характер и ни в коем случае не предполагает реальное разделение детей в образовательной организации. Смешанная комплектация классов создает условия, в которых дети могут учиться подражать и помогать друг другу

Организация уроков по физкультуре требует дифференцированного подхода к детям. Поэтому все учащиеся в зависимости от состояния здоровья делятся на группы: основная, подготовительная и специальная. Специальная медицинская группа условно делится на А и Б.

Медицинская группа	Характеристика групп
Основная	К ней относятся: обучающиеся без отклонений в состоянии здоровья и физическом развитии, имеющие хорошее функциональное состояние и соответствующую возрасту физическую подготовленность; учащиеся с незначительными (чаще функциональными) отклонениями, но не отстающие от сверстников в физическом развитии физической подготовленности
Подготовительная	К ней относятся: практически здоровые обучающиеся, имеющие те или иные морфофункциональные отклонения или физически слабо подготовленные; входящие в группы риска по возникновению патологии или с хроническими заболеваниями в стадии стойкой клинко-лабораторной ремиссии не менее 3-5 лет
Специальная группа«А»	К специальной группе А относятся обучающиеся с отчетливыми отклонениями в состоянии здоровья постоянного (хронические заболевания, врожденные пороки развития в стадии компенсации) или временного характера либо в физическом развитии, не мешающие выполнению обычной учебной или воспитательной работы, однако, требующие ограничения физических нагрузок.
Специальная группа«Б»	К специальной группе Б относятся обучающиеся, имеющие значительные отклонения в состоянии здоровья постоянного (хронические заболевания в стадии субкомпенсации) и временного характера, но без выраженных нарушений самочувствия и
	допущенные к посещению теоретических занятий в общеобразовательных учреждениях.

1.2. Место предмета в учебном плане.

Учебный предмет адаптивная физическая культура входит в число обязательных предметных областей учебного плана. В годовом учебном плане обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) для первого подготовительного класса предусмотрено 99 часов , отводиться 3 часа в неделю. Курс рассчитан на 99 часа (33 учебные недели) .Сроки реализации программы в соответствии с учебным годом.

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРЕДМЕТА.

Личностные результаты :

- 1) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- 2) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- 3) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- 4) принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых

мотивов учебной деятельности;

5) сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

Предметные результаты связаны с овладением обучающимися содержанием каждой предметной области и характеризуют их достижения в усвоении знаний и умений, возможности их применения в практической деятельности и жизни.

Предметные результаты по предмету физическая культура для 1 дополнительного класса .

	<i>Минимальный уровень:</i>	<i>Достаточный уровень:</i>
	<ul style="list-style-type: none">• представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;• выполнение комплексов утренней гимнастики под руководством учителя;• знание основных правил поведения на уроках физической культуры и осознанное их применение;• выполнение несложных упражнений по словесной	<ul style="list-style-type: none">• практическое освоение элементов гимнастики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивных и подвижных игр и других видов физической культуры;• самостоятельное выполнение комплексов утренней гимнастики;• владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища; участие в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки);

	<p>инструкции при выполнении строевых команд; представления о двигательных действиях; знание основных строевых команд; подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;</p> <ul style="list-style-type: none"> • ходьба в различном темпе с различными исходными положениями; • взаимодействие со сверстниками в организации и проведении подвижных игр, элементов соревнований; участие в подвижных играх и эстафетах под руководством учителя; • знание правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях. 	<ul style="list-style-type: none"> • выполнение основных двигательных действий в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.; • подача и выполнение строевых команд, ведение подсчёта при выполнении общеразвивающих упражнений. • совместное участие со сверстниками в подвижных играх и эстафетах; • оказание посильной помощи и поддержки сверстникам в процессе участия в подвижных играх и соревнованиях; • знание спортивных традиций своего народа и других народов; • знание способов использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности и их применение в практической деятельности; • знание правил и техники выполнения двигательных действий, применение усвоенных правил при выполнении двигательных действий под руководством учителя; • знание и применение правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни; • соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.
--	---	---

2.3. Базовые учебные действия

Группа БУД	Учебные действия и умения
Личностные учебные действия	<ul style="list-style-type: none"> • Демонстрирует понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений о этических нормах и правилах

	<p>поведения в современном обществе.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Имеет положительное отношение к окружающей действительности, готов к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию • Демонстрирует готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе
Коммуникативные учебные действия	<ul style="list-style-type: none"> • Умеет вступать в контакт и работать в коллективе (учитель –ученик, ученик –ученик, ученик – класс) • Использует принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем • Умеет обращаться за помощью и принимать помощь • Слушает и понимает инструкцию к учебному заданию в разных видах • Сотрудничает со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях. • Умеет доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми • Умеет договариваться и изменять своеповедение с учетом поведения других участников спорной ситуации
Регулятивные учебные действия	<ul style="list-style-type: none"> • Демонстрирует умение входить и выходить из учебного помещения со звонком. • Умеет ориентироваться в пространстве физкультурного зала, на спортивной площадке • Умеет пользоваться и работать со спортивным инвентарём • Принимает цели и произвольно включается в деятельность, следует предложенному плану и работает в общем темпе • Демонстрирует способность активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников • Умеет соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимает оценку деятельности, оценивает ее
Познавательные учебные действия	<ul style="list-style-type: none"> • Умеет пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями, схемами

Планируемые результаты освоения программы.

Иметь представления:

- О режиме дня, гигиенических требованиях к одежде, обуви при занятиях физической культурой, о видах подвижных игр, видах основных движений человека.

Примеры контрольно-измерительных (оценочных) материалов являются приложением к программе.

4. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.

Раздел	Кол-во часов
Основы знаний	4
Гимнастика	32
Легкая атлетика	37
Подвижные игры	26
Общее количество часов	99

Ключевым ориентиром построения процесса физического воспитания в 1 дополнительном классе является обеспечение преемственности между дошкольным и начальным образованием. В связи с этим, основной акцент в подборе содержания сделан на освоении основных движений и развитие тех физических способностей ребенка, для которых данный возрастной период является наиболее благоприятный.

Содержание программы отражено в четырех разделах: «Знания о физической культуре», «Гимнастика», «Легкая атлетика», «Подвижные игры».

Знания о физической культуре. 4ч.

Чистота одежды и обуви. Правила утренней гигиены и их значение для человека. Правила поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Чистота зала, снарядов. Значение физических упражнений для здоровья человека. Формирование понятий: опрятность, аккуратность. Физическая нагрузка и отдых. Физическое развитие. Осанка. Физические качества.

Гимнастика. 32ч.

Теоретические сведения. Одежда и обувь гимнаста. Элементарные сведения о гимнастических снарядах и предметах. Правила поведения на уроках гимнастики. Понятия: колонна, шеренга, круг. Элементарные сведения о правильной осанке, равновесии. Элементарные сведения о скорости, ритме, темпе.

Построения и перестроения. Упражнения без предметов (корректирующие и общеразвивающие упражнения): основные положения и движения рук, ног, головы, туловища; упражнения для расслабления мышц; мышц шеи; укрепления мышц спины и живота; развития мышц рук и плечевого пояса; мышц ног; на дыхание; для развития мышц кистей рук и пальцев; формирования правильной осанки; укрепления мышц туловища.

Упражнения с предметами: с гимнастическими палками; флажками; малыми обручами; малыми мячами; большим мячом; набивными мячами (вес 2 кг); упражнения на равновесие; лазанье и перелезание; упражнения для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений; переноска грузов и передача предметов; прыжки.

Легкая атлетика 37ч.

Правила поведения на уроках легкой атлетики. Понятие о начале ходьбы и бега; ознакомление учащихся с правилами дыхания во время ходьбы и бега. Ознакомление учащихся с правильным положением тела во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, метаний. Значение правильной осанки при ходьбе. Развитие двигательных способностей и физических качеств средствами легкой атлетики.

Ходьба.

Ходьба парами по кругу, взявшись за руки. Обычная ходьба в умеренном темпе в колонне по одному в обход зала за учителем. Ходьба по прямой линии, ходьба на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Ходьба с сохранением правильной осанки. Ходьба в чередовании с бегом. Ходьба с изменением скорости. Ходьба с различным положением рук:

на пояс, к плечам, перед грудью, за голову. Ходьба с изменением направлений по ориентирам и командам учителя. Ходьба с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра. Ходьба в медленном, среднем и быстром темпе. Ходьба с выполнением упражнений для рук в чередовании с другими движениями; со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т. д. Ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами.

Бег.

Перебежки группами и по одному 15—20 м. Медленный бег с сохранением правильной осанки, бег в колонне за учителем в заданном направлении. Чередование бега и ходьбы на расстоянии. Бег на носках. Бег на месте с высоким подниманием бедра. Бег с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад. Бег с преодолением простейших препятствий (канавки, подлезание под сетку, обегание стойки и т. д.). Быстрый бег на скорость. Медленный бег. Чередование бега и ходьбы. Высокий старт. Бег прямолинейный с параллельной постановкой стоп. Повторный бег на скорость. Низкий старт. Специальные беговые упражнения: бег с подниманием бедра, с захлестыванием голени назад, семенящий бег. Челночный бег.

Прыжки.

Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед, назад, вправо, влево. Перепрыгивание через начерченную линию, шнур, набивной мяч. Прыжки с ноги на ногу на отрезках до. Подпрыгивание вверх на месте с захватом или касанием висящего предмета (мяча). Прыжки в длину с места. Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед, в стороны. Прыжки с высоты с мягким приземлением. Прыжки в длину и высоту с шага. Прыжки с небольшого разбега в длину. Прыжки с прямого разбега в длину. Прыжки в длину с разбега без учета места отталкивания. Прыжки в высоту с прямого разбега способом «согнув ноги». Прыжки в высоту способом «перешагивание».

Метание.

Правильный захват различных предметов для выполнения метания одной и двумя руками. Прием и передача мяча, флажков, палок в шеренге, по кругу, в колонне. Произвольное метание малых и больших мячей в игре. Броски и ловля волейбольных мячей. Метание колец на шесты. Метание с места малого мяча в стенку правой и левой рукой. Метание большого мяча двумя руками из-за головы и снизу с места в стену. Броски набивного мяча (1 кг) сидя двумя руками из-за головы. Метание теннисного мяча с места одной рукой в стену и на дальность. Метание мяча с места в цель. Метание мячей с места в цель левой и правой руками. Метание теннисного мяча на дальность отскока от баскетбольного щита. Метание теннисного мяча на дальность с места. Броски набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами двумя руками.

Игры. 26 ч.

Теоретические сведения. Элементарные сведения о правилах игр и поведении во время игр. Правила игр. Элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником). Элементарные сведения по овладению игровыми умениями (ловля мяча, передача, броски, удары по мячу Практический материал.

Подвижные игры: Коррекционные игры; Игры с элементами общеразвивающих упражнений: игры с бегом; прыжками; лазанием; метанием и ловлей мяча (построениями и перестроениями; бросанием, ловлей, метанием.

5 СИСТЕМА ОЦЕНКИ ДОСТИЖЕНИЯ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ..

5.1 Система оценки личностных результатов.

Всесторонняя и комплексная оценка овладения обучающимися социальными (жизненными) компетенциями осуществляется на основании применения метода экспертной оценки в конце учебного года и заносится в карту наблюдений.

Оценка результатов осуществляется в баллах:

0 - нет фиксируемой динамики; 1 - минимальная динамика;

2 - удовлетворительная динамика; 3 - значительная динамика.

5.2. Система оценки предметных результатов.

Предметные результаты связаны с овладением обучающимися содержанием каждой предметной области и характеризуют достижения обучающихся в усвоении знаний и умений, способность их применять в практической деятельности.

Объектом оценки предметных результатов является освоение обучающимися содержания изучаемых дисциплин, умений и способов действия для решения учебно-познавательных и учебно-практических задач.

В первом классе, а также в течение первого полугодия II-го класса осуществляется поощрение и стимулирование работы учеников с использованием только качественной оценки. При этом не является принципиально важным, насколько обучающийся продвигается в освоении того или иного учебного предмета. На этом этапе обучения центральным результатом является появление значимых предпосылок учебной деятельности, одной из которых является способность ее осуществления не только под прямым и непосредственным руководством и контролем учителя, но и с определенной долей самостоятельности во взаимодействии с учителем и одноклассниками.

Главными требованиями при оценивании умений и навыков обучающихся 1 доп. класса является создание благоприятных условий для выполнения изучаемых упражнений и их качественное выполнение:

- как ученик овладел основами двигательных навыков
- как проявил себя при выполнении, старался ли достичь желаемого результата
- как понимает и объясняет разучиваемое упражнение
- как пользуется предлагаемой помощью и улучшается ли при этом качество выполнения
- как понимает объяснение учителя, спортивную терминологию
- как относится к урокам
- каков его внешний вид
- соблюдает ли дисциплину

Для учащихся коррекционных школ возрастных нормативов нет. Поэтому учитель сам может определить нормативы для среднего ученика и руководствоваться ими в работе. Таким образом, на уроках физкультуры будет 3 группы детей по структуре дефекта и уровню физического развития и двигательной выносливости.

Уровень. Критерии оценивания I уровень (высокий)

Самостоятельно выполняют упражнения, умело пользуются приёмами, выполняют правильную последовательность при выполнении упражнений. Умеют пользоваться навыками на практике.

II уровень (средний)

Нарушают правильную последовательность при выполнении упражнений и при помощи учителя (по наводящим вопросам) восстанавливают последовательность выполнения упражнений. Имеют место случаи неправильного выполнения приёмов на практике.

III уровень (ниже среднего).

Выполняют нормативы в соответствии ниже среднему уровню. Не умеют пользоваться навыками на практике, выполняют упражнения по подражанию. Выполняют упражнения с помощью учителя. Нарушают правильную последовательность при выполнении упражнений.

Главными требованиями при оценивании умений и навыков является создание благоприятных условий для выполнения изучаемых упражнений и их качественное выполнение:

- как ученик овладел основами двигательных навыков
- как проявил себя при выполнении, старался ли достичь желаемого результата
- как понимает и объясняет разучиваемое упражнение
- как пользуется предлагаемой помощью и улучшается ли при этом качество выполнения
- как понимает объяснение учителя, спортивную терминологию

- как относится к урокам

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА.

Технологии обучения:

Личностно – ориентированные технологии обучения и воспитания. В центре их внимания на уроке неповторимая личность, стремящаяся к реализации своих возможностей и способная на ответственный выбор в разнообразных жизненных ситуациях. Цель технологии личностно-ориентированного обучения – максимальное развитие , индивидуальных познавательных способностей ученика на основе использования имеющегося у него опыта жизнедеятельности.

Игровые технологии активизируют деятельность учащихся. В их основу положена педагогическая игра как основной вид деятельности, направленный на усвоение общественного опыта.

Музыкальное сопровождение уроков - это лекарство, которое слушают. Самый большой эффект от музыки – это профилактика и лечение нервно-психических заболеваний.

Организационная структура: основной формой работы по физической культуре является урок.

Принципы планирования урока физической культуры:

- постепенное повышение нагрузки и переход к успокоительным упражнениям в конце урока;
- чередование различных видов упражнений;
- подбор упражнений, соответствующих возрасту и развитию обучающихся.

Методы:

- метод имитации;
- метод стимулирования интереса к учебе;
- методы поощрения и порицания;
- метод контроля и самоконтроля;
- методы, используемые для приобретения новых знаний, их закрепление и выработку умений и навыков.

Использование ТСО.

Типы уроков:

- актуализация знаний и умений урок объяснение нового материала (урок первоначального изучения материала);
- комплексное применение знаний и умений урок закрепления знаний, умений, навыков;
- выработка практических умений;
- обобщение и систематизация знаний и умений;
- контроль и коррекция знаний и умений;
- урок обобщения и систематизации знаний (повторительно-обобщающий урок);
- комбинированный урок;
- тренировочный;
- игровой;
- нестандартные уроки (уроки путешествия, уроки-соревнования и т.д).

Особенности обучения :

При подборе содержаний занятий по физической культуре с данными обучающимися необходимо учитывать доступность заданий и не допускать излишнего упрощения .На протяжении всего урока необходимо следить за физическим состоянием обучающегося за его утомляемостью. Постоянный контроль со стороны взрослого и активная помощь при выполнении физических упражнений. На уроках по физической культуре ограничены упражнения на скорость , силу и выносливость. Особое внимание уделяется упражнениям на дыхание, а так же упражнения сочетающие различные движения рук и ног.

В связи с этим в основе обучения лежат следующие **принципы:**

- учет индивидуальных особенностей каждого ученика (морфофункциональное развитие,

состояние сохранных функций, медицинские противопоказания, состояние двигательных функций и координационных способностей, уровень физической подготовленности, способность к обучению движениям, отношение к занятиям физическими упражнениями: интересы, мотивы);

- адекватность средств, методов и методических приемов обучения двигательным действиям, развитие физических качеств, коррекция психомоторных нарушений и физической подготовки, оптимизация нагрузки, сообщение новых знаний;

- создание условий для реального выполнения заданий, оказание помощи, обеспечение безопасности;

- эмоциональность занятий (музыка, игровые методы, нетрадиционное оборудование и пр);

- поощрение, одобрение, похвала за малейшие успехи.

- Э. Найминова « Физкультура. Методика преподавания. Спортивные игры». Ростов –на – Дону « Феникс»2001.
- В.С.Кузнецов, Г.А. Колодницкий «Физическая культура. Упражнения и игры с мячами. (методическое пособие)» М; Издательство НЦ ЭНАС 2002.
- Е.М.Минский «Игры и развлечения в группе продленного дня.» М; «Просвещение» 1983.
- Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов
- www.openclass.ru
- Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР) <http://fcior.edu.ru>
- newuchebnik.ru (современный учебник)
- <http://www.uchportal.ru> (учительский портал)
- В.М.Мозговой «Физическая культура 1-4 классы коррекционной школы 8 вида.(поурочные разработки)
- А.Ю Патрикеева «Подвижные игры 1-4 классы» М.,ВАКО, 2007.
- В.И Лях «Физическая культура 1-4 классы» М., «Просвещение»2013

1.	<i>Учебно-практическое оборудование</i>	
1.1.	Перекладина гимнастическая (пристеночная)	Д
1.2.	Стенка гимнастическая	Д
1.3.	Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м)	
1.4.	Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты)	П
1.5.	Мячи: малый мяч(мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные	П
1.6.	Палка гимнастическая	П
1.7.	Скакалка детская	П
1.8.	Мат гимнастический	П
1.9.	Кегли	П
1.10.	Обруч пластиковый детский	П
1.11.	Планка для прыжков в высоту	К

1.12.	Стойка для прыжков в высоту	К
1.13.	Флажки: стартовые	К
1.14.	Лента финишная	П
1.15.	Рулетка измерительная	Д
1.16.	Щит баскетбольный тренировочный	К
1.17.	Сетка для переноски и хранения мячей	Д
1.18.	Сетка волейбольная	Д
2.19.	Аптечка	

7. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Деятельность на уроке	Домашнее задание.
Раздел программы основы знаний – 1 час				
1.	Сообщение теоретических сведений. Правила поведения на уроках. Гигиена.	1	Беседа. Разучивание. Построение в одну шеренгу около объемных фигур разного цвета. Коррекционная игра «Найди свое место». Комплекс ОРУ без предметов.	
Раздел программы легкая атлетика -26 часов				
2.	Ходьба и бег в колонне.	1	Разучивание. Ходьба и бег за учителем в колонне по одному в заданном направлении (темп умеренный). Повторение. Построение в колонну и шеренгу. Коррекционная игра «Найди свое место». Комплекс ОРУ без предметов	
3.	Ходьба и бег в колонне.	1	Разучивание. Ходьба и бег в различных направлениях. Комплекс ОРУ в движении. Коррекционная игра «Самолеты». Повторение. Построение в колонну и шеренгу. Бег в колонне по одному в заданном направлении (темп умеренный).	
4.	Ходьба и бег в колонне.	1	Разучивание. Ходьба на носках, на пятках. Чередование бега и ходьбы по сигналу. Повторение. Комплекс ОРУ в движении. Коррекционная игра «Самолеты».	

5.	Бег в среднем темпе с переходом на ходьбу	1	Разучивание. Ходьба на носках, на пятках. Чередование бега и ходьбы по сигналу. Повторение. Комплекс ОРУ в движении. Коррекционная игра «Самолеты».
6.	Бег в среднем темпе с переходом на ходьбу	1	Разучивание. Ходьба с различным положением рук: на пояс, к плечам. Повторение. Ходьба на носках, на пятках. Чередование бега и ходьбы по сигналу. Комплекс ОРУ в движении. Коррекционная игра «Самолеты».
7.	Бег в среднем темпе с переходом на ходьбу	1	Разучивание. Ходьба с сохранением правильной осанки. Комплекс ОРУ с хлопками. Коррекционная игра «Погрузка овощей». Повторение. Ходьба на носках, на пятках, с различным положением рук. Чередование бега и ходьбы.
8.	Непрерывный бег в среднем темпе	1	Разучивание. Ходьба с высоким подниманием бедра. Повторение. Непрерывный бег в среднем темпе. Комплекс ОРУ с хлопками. Коррекционная игра «Погрузка овощей».
9.	Непрерывный бег в среднем темпе	1	Разучивание. Ходьба с высоким подниманием бедра. Повторение. Непрерывный бег в среднем темпе. Комплекс ОРУ с хлопками. Коррекционная игра «Погрузка овощей».
10.	Непрерывный бег в среднем темпе	1	Разучивание. Комплекс ОРУ в кругу. Коррекционная игра «Горячий камень» Повторение. Ходьба с высоким подниманием бедра. Непрерывный бег в среднем темпе.
11.	Прыжки на двухногах.	1	Разучивание. Прыжки на двух ногах на месте и через веревочки с продвижением вперед. Ходьба приставным шагом правое, левое плечо вперед. Повторение. Комплекс ОРУ в кругу. Коррекционная игра «Горячий камень».
12.	Прыжки на двухногах..	1	Разучивание. Прыжки на двух ногах на месте вперед, назад, вправо, влево. Повторение. Прыжки на двух ногах на месте и через веревочки с продвижением вперед. Ходьба приставным
13.	Прыжки на двухногах.	1	Разучивание. Комплекс ОРУ с флажками. Коррекционная игра «Невод» Повторение. Прыжки на двух ногах на месте вперед, назад, вправо, влево.

14.	Прыжки с ноги на ногу	1	Разучивание. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. Бег на носках. Повторение. Комплекс ОРУ с флажками. Коррекционная игра «Невод»
15.	Прыжки с ноги на ногу	1	Разучивание. Прыжки с ноги на ногу на заданное расстояние . Ходьба сочетаниями с движениями рук. Повторение. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. Бег на носках. Комплекс ОРУ с флажками. Коррекционная игра «Невод»
16.	Прыжки с ноги на ногу	1	Разучивание. Прыжки через предметы толчком двумя ногами. Комплекс ОРУ с набивными мешочками. Коррекционная игра «Мишка на льдине» Повторение. Прыжки с ноги на ногу на заданное расстояние . Ходьба в сочетании с движениями рук.
17.	Прыжки через предметы.	1	Разучивание. Ходьба перекатом с пятки на носок. Повторение. Прыжки через предметы толчком двумя ногами. Комплекс ОРУ с набивными мешочками. Коррекционная игра «Мишка на льдине».
18.	Прыжки через предметы.	1	Разучивание. Запрыгивание и спрыгивание с низких устойчивых предметов. Повторение. Ходьба перекатом с пятки на носок. Комплекс ОРУ с набивными мешочками. Коррекционная игра «Мишка на льдине».
19.	Прыжки через предметы.	1	Разучивание. Ходьба в полуприседе. Комплекс ОРУ с веревочками. Коррекционная игра «Море, берег, парус». Бег с захлестом голени.
20.	Метание с места	1	Разучивание. Обучение захвату, движению рук и туловища. Метание набивного мешочка снизу ведущей рукой. Повторение. Ходьба в полуприседе. Комплекс ОРУ с веревочками. Коррекционная игра «Море, берег, парус». Бег с захлестом голени.
21.	Метание с места в горизонтальную цель.	1	Разучивание. Метание набивного мешочка снизу правой и левой рукой в горизонтальную цель. Ходьба с движениями рук: в стороны, назад, вперед, вверх. Повторение. Метание набивного мешочка снизу ведущей рукой. Комплекс ОРУ с веревочками. Коррекционная игра «Море, берег, парус» Бег.

22.	Метание с места в горизонтальную цель.	1	Разучивание. Комплекс ОРУ в парах. Коррекционная игра «Карлики-Великаны» Повторение. Метание набивного мешочка снизу правой и левой рукой в горизонтальную цель. Ходьба с движениями рук: в стороны, назад, вперед, вверх.	
23.	Метание с места в горизонтальную цель.	1	Разучивание. Ходьба змейкой. Повторение. Метание набивного мешочка снизу правой и левой рукой в горизонтальную цель увеличивая расстояние до цели. Комплекс ОРУ в парах. Коррекционная игра «Карлики-Великаны»	
24.	Метание с места в вертикальную цель	1	Разучивание. Захват мяча, движение руки, туловища при метании. Метание набивного мешочка сверху ведущей рукой. Повторение. Комплекс ОРУ в парах. Игра «Совушка-сова». Коррекционная игра «Карлики-Великаны». Ходьба змейкой	
25.	Метание с места в вертикальную цель	1	Разучивание. Комплекс ОРУ кубиками. Коррекционная игра «Зайчики-пальчики». Ходьба и бег змейкой Повторение. Метание набивного мешочка сверху правой и левой рукой.	
26.	Метание мяча из седа из-за головы	1	Разучивание. Метание мяча из седа из-за головы двумя руками Повторение. Комплекс ОРУ с кубиками. Коррекционная игра «Зайчики-пальчики». Ходьба и бег змейкой.	
27.	Метание мяча из седа из-за головы	1	Разучивание. Ходьба и бег по ориентирам. Метание мяча из и.п. стоя двумя руками. Повторение. Метание мяча из седа из-за головы двумя руками. Комплекс ОРУ с кубиками. Коррекционная игра «Зайчики-пальчики».	
Раздел программы основы знаний – 1 час				
28.	Сообщение теоретических сведений. Техника безопасности на уроках гимнастики.	1	Беседа. Разучивание. Комплекс ОРУ со скакалками. Коррекционная игра «Веселая гимнастика». Повторение. Ходьба и бег по ориентирам, змейкой. Метание мяча из и.п. стоя двумя руками.	
Раздел программы гимнастика – 21 час				

29.	Коррекция нарушений здоровья	1	Разучивание. Коррекционные упражнения для формирования правильной осанки и свода стопы Повторение. Комплекс ОРУ со скакалками. Коррекционная игра «Веселая гимнастика».
30.	Коррекция нарушений здоровья	1	Разучивание. Коррекционные упражнения для формирования правильной осанки и свода стопы Повторение. Комплекс ОРУ со скакалками. Коррекционная игра «Веселая гимнастика». Коррекционные упражнения для формирования правильной осанки
1.	Коррекция нарушений здоровья	1	Разучивание. Комплекс ОРУ с обручами. Коррекционная игра «Хитрая лиса». Повторение. Коррекционные упражнения для формирования правильной осанки и свода стопы
32.	Ползание по гимнастический скамейке	1	Разучивание. Ползание по гимнастический скамейке на четвереньках Повторение. Комплекс ОРУ с обручами. Коррекционная игра «Хитрая лиса».
33.	Ползание по гимнастический скамейке	1	Разучивание. Ползание по гимнастический скамейке на животе подтягиваясь двумя руками с помощью. Повторение. Комплекс ОРУ с обручами. Коррекционная игра «Хитрая лиса». Ползание по гимнастический скамейке на четвереньках
34.	Ползание по гимнастический скамейке	1	Разучивание. Ползание по гимнастический скамейке на животе подтягиваясь поочередно правой-левой рукой с помощью. Комплекс ОРУ под музыкальное сопровождение. Коррекционная игра «Мышеловка» Повторение. Ползание по гимнастический скамейке на животе подтягиваясь двумя руками с помощью
35.	Ползание по наклонной гимнастический скамейке	1	Разучивание. Ползание по наклонной гимнастический скамейке на четвереньках Повторение. Комплекс ОРУ под музыкальное сопровождение. Коррекционная игра «Мышеловка»

36.	Ползание наклонной гимнастической скамейке	по		<p>Разучивание. Ползание по наклонной гимнастической скамейке на животе подтягиваясь двумя руками</p> <p>Повторение. Ползание по наклонной гимнастической скамейке на четвереньках. Комплекс ОРУ под музыкальное сопровождение.</p> <p>Коррекционная игра «Мышеловка»</p>
37.	Ползание наклонной гимнастической скамейке	по	1	<p>Разучивание. Ползание по наклонной гимнастической скамейке на животе подтягиваясь поочередно правой и левой руками. Комплекс ОРУ на стульчиках.</p> <p>Коррекционная игра «По местам»</p> <p>Повторение. Ползание по наклонной гимнастической скамейке на животе подтягиваясь двумя руками</p>
38.	Упражнения равновесии	в	1	<p>Разучивание. Ходьба по веревке, руки в стороны.</p> <p>Повторение. Ползание по наклонной гимнастической скамейке на животе подтягиваясь поочередно правой и левой руками. Комплекс ОРУ на стульчиках.</p> <p>Коррекционная игра «По местам»</p>
39.	Упражнения равновесии	в	1	<p>Разучивание. Ходьба по веревке выложенной змейкой руки в стороны.</p> <p>Повторение. Комплекс ОРУ на стульчиках. Коррекционная игра «По местам» Ходьба по веревке, руки в стороны.</p>
40.	Упражнения равновесии	в	1	<p>Разучивание. Ходьба по гимнастической скамейке. Комплекс ОРУ с гимнастической скамейкой.</p> <p>Коррекционная игра «Найди себе пару»</p> <p>Повторение. Ходьба по веревке выложенной змейкой руки в стороны.</p>
41.	Упражнения равновесии	в	1	<p>Разучивание. Ходьба по гимнастической скамейке перешагивая предметы.</p> <p>Повторение. Ходьба по гимнастической скамейке. Комплекс ОРУ с гимнастической скамейкой.</p> <p>Коррекционная игра «Найди себе пару»</p>
42.	Упражнения равновесии	в	1	<p>Разучивание. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом правое, левое плечо вперед.</p> <p>Повторение. Ходьба по гимнастической скамейке перешагивая предметы. Комплекс ОРУ с гимнастической скамейкой.</p> <p>Коррекционная игра «Найди себе пару»</p>

43.	Упражнения равновесии	в	1	Разучивание. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Комплекс ОРУ на гимнастических ковриках. Коррекционная игра «Передай кубик» Повторение. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом правое, левое плечо вперед.	
44.	Лазание по гимнастической стенке.	по	1	Разучивание. Лазание по гимнастической стенке одноименным способом с помощью. Повторение. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Комплекс ОРУ на гимнастических ковриках. Коррекционная игра «Передай кубик»	
45.	Лазание по гимнастической стенке.	по	1	Разучивание. Лазание по гимнастической стенке одноименным способом на заданное расстояние с помощью. Повторение. Комплекс ОРУ на гимнастических ковриках. Коррекционная игра «Передай кубик».	
46.	Лазание по гимнастической стенке.	по	1	Разучивание. Комплекс ОРУ с гантелями. Коррекционная игра «Мяч водящему» Повторение. Лазание по гимнастической стенке одноименным способом на заданное расстояние.	
47.	Лазание по гимнастической стенке.	по	1	Разучивание. Лазание по гимнастической стенке одноименным способом с переходом на соседний пролет. Повторение. Комплекс ОРУ с гантелями. Коррекционная игра «Мяч водящему».	
48.	Лазание по гимнастической стенке.	по	1	Разучивание. Лечебно-оздоровительные упражнения для профилактики нарушений зрения. Повторение. Лазание по гимнастической стенке одноименным способом с переходом на соседний пролет. Комплекс ОРУ с гантелями. Коррекционная игра «Мяч водящему»	
Раздел программы основы знаний – 1 час					
49.	Сообщение теоретических сведений. Техника безопасности при занятиях подвижными играми. Правила игр.		1	Беседа. Разучивание. Сюжетные ОРУ. Игра «Ловишки». Игровое упражнение «Задуй свечу». Повторение. Лечебно-оздоровительные упражнения	
Раздел программы подвижные игры – 26 часов					

50.	Подвижные игры с бегом	с 1	Разучивание. Коррекционная игра «Паровозик» Повторение. Сюжетные ОРУ. Игра «Ловишки»	
51.	Подвижные игры с бегом	с 1	Повторение. Сюжетные ОРУ. Игра «Ловишки» Коррекционная игра «Паровозик»	
52.	Подвижные игры с прыжками	с 1	Разучивание. Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Волк во рву» Повторение. Коррекционная игра «Паровозик»	
53.	Подвижные игры с прыжками	с 1	Разучивание. Коррекционная игра «Перебежки в парах»	
			Повторение. Комплекс ОРУ с большими мячами Игра «Волк во рву»	
54.	«Школа мяча»	с 1	Разучивание. Броски мяча об пол и ловля двумя руками. Повторение. Комплекс ОРУ с большими мячами Игра «Волк во рву». Коррекционная игра «Перебежки в парах»	
55.	«Школа мяча»	с 1	Разучивание. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками. Сюжетные ОРУ. Игра «Охотники и зайцы». Повторение. Коррекционная игра «Перебежки в парах». Броски мяча об пол и ловля двумя руками.	
56.	«Школа мяча»	с 1	Разучивание. Коррекционная игра «Части тела» Повторение. Сюжетные ОРУ. Игра «Охотники и зайцы». Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками.	
57.	«Школа мяча»	с 1	Разучивание. Перебрасывание мяча друг другу в парах снизу. Повторение. Сюжетные ОРУ. Игра «Охотники и зайцы». Коррекционная игра «Части тела».	
58.	«Школа мяча»	с 1	Разучивание. Комплекс ОРУ со средними мячами. Игра «Перестрелка» Повторение. Коррекционная игра «Части тела» Перебрасывание мяча друг другу в парах снизу.	
59.	«Школа мяча»	с 1	Разучивание. Коррекционная игра «Что пропало?» Повторение. Комплекс ОРУ со средними мячами. Перебрасывание мяча друг другу в парах снизу. Игра «Перестрелка»	
60.	«Школа мяча»	с 1	Разучивание. Перебрасывание мяча друг другу из-за головы Повторение. Комплекс ОРУ со средними мячами. Коррекционная игра «Что пропало?». Игра «Перестрелка»	

61.	«Школа мяча»	1	Разучивание. Сюжетные ОРУ. Игра «Попрыгушки» Повторение. Коррекционная игра «Что пропало?» Перебрасывание мяча друг другу из-за головы.	
62.	«Школа мяча»	1	Разучивание. Коррекционная игра «Зайчики-пальчики». Повторение. Сюжетные ОРУ. Перебрасывание мяча друг другу из-за головы. Игра «Попрыгушки»	
63.	«Школа мяча»	1	Разучивание. Удары мяча об пол правой рукой затем и левой рукой. Повторение. Сюжетные ОРУ. Коррекционная игра «Зайчики-пальчики». Игра «Попрыгушки»	
64.	«Школа мяча»	1	Разучивание. Комплекс ОРУ с маленькими мячами. Игра «С кочки на кочку» Повторение. Удары мяча об пол правой рукой затем и левой рукой. Коррекционная игра «Зайчики-пальчики».	
65.	«Школа мяча»	1	Разучивание. Коррекционная игра «Заяц, коза, гребешок, замок». Повторение. Удары мяча об пол правой рукой затем и левой рукой. Комплекс ОРУ с маленькими мячами. Игра «С кочки на кочку»	
66.	«Школа мяча»	1	Повторение. Комплекс ОРУ с маленькими мячами. Удары мяча об пол правой рукой затем и левой рукой. Коррекционная игра «Заяц, коза, гребешок, замок». Игра «С кочки на кочку».	
67.	«Школа мяча»	1	Разучивание. Сюжетные ОРУ. Удары мяча об пол поочередно правой и левой руками. Игра «Филин и пташки» Повторение. Коррекционная игра «Заяц, коза, гребешок, замок».	
68.	«Школа мяча»	1	Разучивание. Коррекционная игра «Гуси-Лебеди» Повторение. Сюжетные ОРУ. Удары мяча об пол поочередно правой и левой руками. Игра «Филин и пташки»	
69.	«Школа мяча»	1	Повторение. Сюжетные ОРУ. Удары мяча об пол поочередно правой и левой руками. Коррекционная игра «Гуси-Лебеди». Игра «Филин и пташки»	
70.	«Школа мяча»	1	Разучивание. Комплекс ОРУ с набивными мячами. Удары мяча об пол в движении приставным шагом правое плечо вперед, левое плечо вперед. Игра «Платочек» Повторение. Коррекционная игра «Гуси-Лебеди».	

71.	«Школа мяча»	1	Разучивание. Коррекционная игра «У медведя во бору». Игра «Бой петухов» Повторение. Комплекс ОРУ с набивными мячами. Удары мяча об пол в движении приставным шагом правое плечо вперед, левое плечо вперед.	
72.	«Школа мяча»	1	Повторение. Комплекс ОРУ с набивными мячами. Удары мяча об пол в движении приставным шагом правое плечо вперед, левое плечо вперед. Коррекционная игра «У медведя вобору». Игра «Бой петухов»	
73.	«Школа мяча»	1	Разучивание. Сюжетные ОРУ. Броски мяча о стену снизу двумя руками. Повторение. Коррекционная игра «У медведя во бору». Игра «бой петухов».	
74..	«Школа мяча»	1	Разучивание. Игра «Ловишки-хвостики». Дыхательные упражнения «Часы», «Веселый петушок». Повторение. Сюжетные ОРУ. Броски мяча о стену снизу двумя руками.	
75..	«Школа мяча».		Разучивание. Дыхательные упражнения «Воздушный шар», «Окно-дверь». Повторение. Сюжетные ОРУ. Броски мяча о стену снизу двумя руками. Игра «Ловишки-хвостики».	
Раздел программы основы знаний – 1 час				
76.	Сообщение теоретических сведений. Элементарные сведения о гимнастике.	1	Беседа. Разучивание. Комплекс ОРУ со скакалками. Ходьба по кругу и змейкой. Повторение. Дыхательные упражнения «Воздушный шар», «Окно-дверь».Игра «Ловишки-хвостики».	
Раздел программы гимнастика – 12 часов				
77.	Корректирующие упражнения	1	Разучивание. Корректирующие упражнения для укрепления мышц спины и живота. Коррекционная игра «Светофор» Повторение. Комплекс ОРУ со скакалками	
78.	Корректирующие упражнения	1	Разучивание. Корректирующие упражнения для развития мышц рук и плечевого пояса; мышц ног. Повторение. Корректирующие упражнения для укрепления мышц спины и живота. Комплекс ОРУ со скакалками. Коррекционная игра «Светофор»	

79.	Корригирующие упражнения	1	Разучивание. Корригирующие упражнения для формирования правильного положения и движений рук, ног, головы, туловища. Комплекс ОРУ с обручами. Корригирующие упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев Повторение. Корригирующие	
			упражнения для развития мышц рук и плечевого пояса; мышц ног. Коррекционная игра «Светофор»	
80.	Корригирующие упражнения	1	Разучивание. Корригирующие упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев Коррекционная игра «Лови-не лови» Повторение. Комплекс ОРУ с обручами. Корригирующие упражнения для формирования правильного положения и движений рук, ног, головы, туловища.	
81.	Корригирующие упражнения	1	Разучивание. Корригирующие упражнения для расслабления мышц Повторение. Корригирующие упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев Комплекс ОРУ с обручами Коррекционная игра «Лови-не лови»	
82.	Корригирующие упражнения	1	Разучивание. Дыхательные упражнения. Комплекс ОРУ под музыкальное сопровождение. Повторение. Корригирующие упражнения для расслабления мышц. Коррекционная игра «Лови-не лови»	
83.	Ползание	1	Разучивание. Ползание под дугами на четвереньках. Коррекционная игра «Лохматый пес». Повторение. Комплекс ОРУ под музыкальное сопровождение. Дыхательные упражнения.	
84.	Ползание	1	Разучивание. Ползание под дугами правым, левым боком. Повторение. Ползание под дугами на четвереньках. Комплекс ОРУ под музыкальное сопровождение. Коррекционная игра «Лохматый пес».	
85	Ползание	1	Разучивание. Комплекс ОРУ на стульчиках. Ползание по пластунски. Повторение. Ползание под дугами правым, левым боком. Коррекционная игра «Лохматый пес»	

86.	Упражнения в равновесии	1	Разучивание. Ходьба по гимнастической скамейке с высоким подниманием бедра с помощью. Коррекционная игра «Кот и воробьи» Повторение. Комплекс ОРУ на стульчиках. Ползание по пластунски.
87.	Упражнения в равновесии	1	Разучивание. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на 360 с помощью. Повторение. Комплекс ОРУ на стульчиках Коррекционная игра «Кот и воробьи». Ходьба по гимнастической скамейке с высоким подниманием бедра с помощью.
88.	Упражнения в равновесии	1	Разучивание. Комплекс ОРУ без предметов. Повторение. Коррекционная игра «Кот и воробьи» Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на 360 с помощью.
Раздел программы легкая атлетика – 11 часов			
89.	Медленный бег.	1	Разучивание. Медленный бег держась за канат. Коррекционная игра «Бабочки» Повторение. Комплекс ОРУ без предметов.
90.	Медленный бег.	1	Разучивание. Медленный бег Повторение. Комплекс ОРУ без предметов. Коррекционная игра «Бабочки»
91.	Медленный бег.	1	Разучивание. Комплекс ОРУ в движении. Коррекционная игра «Бабочки» Повторение. Медленный бег
92.	Чередование бега и ходьбы на расстоянии	1	Разучивание. Бег и ходьба в чередовании по самочувствию. Коррекционная игра «Бездомный заяц» Повторение. Комплекс ОРУ в движении.
93.	Чередование бега и ходьбы на расстоянии	1	Повторение. Комплекс ОРУ в движении. Коррекционная игра «Бездомный заяц» Бег и ходьба в чередовании
94.	Чередование бега и ходьбы на расстоянии	1	Разучивание. Комплекс ОРУ с хлопками. Повторение. Коррекционная игра «Бездомный заяц» Бег и ходьба в чередовании
95.	Быстрый бег.	1	Разучивание. Бег на короткую дистанцию: старт, финиширование. Коррекционная игра «Медведь и пчелы». Повторение. Комплекс ОРУ с хлопками.

96.	Быстрый бег.	1	<p>Разучивание. Бег на скорость: команды «Внимание!», «Марш!»</p> <p>Повторение. Бег на короткую дистанцию: старт, финиширование. Комплекс ОРУ с хлопками.</p> <p>Коррекционная игра «Медведь и пчелы».</p>	
97.	Быстрый бег.	1	<p>Разучивание. Комплекс ОРУ в кругу. Бег на короткую дистанцию в парах.</p> <p>Повторение. Коррекционная игра «Медведь и пчелы». Бег на скорость: команды «Внимание!», «Марш!»</p>	
98.	Метание с места на дальность	1	<p>Разучивание. Метание мяча с места на дальность ведущей рукой с низу.</p> <p>Коррекционная игра «Мышка и огуречики» .</p> <p>Повторение. Комплекс ОРУ в кругу. Бег на короткую дистанцию в парах.</p>	
99.	Метание с места на дальность	1	<p>Разучивание. Метание мяча с места на дальность правой и левой руками снизу поочередно.</p> <p>Повторение. Комплекс ОРУ в кругу. Коррекционная игра «Мышка и огуречики» .</p> <p>Тестирование.</p>	
	Итого: 99 часов.			