

Казенное общеобразовательное учреждение
Ханты-Мансийского автономного округа - Югры
«Няганская школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»

Утверждено:
приказом от 30.08.2023 №511

Рабочая программа
по учебному предмету
Адаптивная физическая культура
1доп класс
вариант 2
(для обучающихся с интеллектуальными нарушениями)

Евдокимова Екатерина Сергеевна,
учитель физической культуры

Нягань, 2023г

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физкультура» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) далее УО (вариант 2), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022 г. №1026.

АООП УО (вариант 2) адресована обучающимся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Учебный предмет «Адаптивная физкультура» относится к предметной области «Физическая культура» и является обязательной частью учебного плана. В соответствии с учебным планом рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физкультура» в 1 доп классе рассчитана на 33 учебные недели и составляет 66 часа в год (2 часа в неделю).

Цель учебного предмета повышение двигательной активности детей и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни

Задачи:

- формирование и совершенствование основных и прикладных двигательных навыков;
- укрепление и сохранение здоровья детей, профилактика болезней и возникновения вторичных заболеваний.

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физкультура» в 1 доп классе определяет следующие задачи:

- формирование элементарных знаний о распорядке дня, личной гигиене;
- формирование умения выполнять комплекс утренней гимнастики;
- формирование умения принимать правильную осанку;
- формирование умения ходить в различном темпе с различными исходными положениями рук;
- формирование умения переносить несколько набивных мячей;
- формирование навыка ориентировки в схеме собственного тела, в пространстве.
- формирование умений играть в подвижные игры
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений.

Планируемые результаты освоения рабочей программы по учебному предмету «Адаптивная физкультура» в 1 доп классе

Личностные результаты

- 1) Основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как «Я»;
- 2) Социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- 3) Формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей;
- 4) Формирование уважительного отношения к окружающим;
- 5) Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

б) Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах.

Предметные результаты

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

Освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться

Освоение элементарных двигательных навыков, координации движений.

Умение радоваться достижениям (выше прыгнул, быстрее пробежал и др.) в процессе выполнения физических упражнений.

2) Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности: подвижные игры, физические упражнения..

Система оценки достижения обучающимися с умственной отсталостью планируемых результатов освоения рабочей программы по учебному предмету «Адаптивная физкультура» в 1доп классе

Оценка личностных результатов

Сформировано 4 балла	Сформировано частично, доступно под контролем взрослого 3 балла	Сформировано частично, доступно со значительной помощью взрослого 2 балла	Не сформировано, но доступно в совместной деятельности со взрослым 1 балл	Не сформировано, не доступно (не адекватно) 0 баллов
--------------------------------	---	--	---	--

Оценка предметных результатов

Критерии оценивания

Обучение ребенка с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития по варианту 2 не предполагает использования традиционной (5-ти бальной) оценочной системы.

Текущая аттестация предполагает мониторинг освоения АООП за первое полугодие и проводится в течение двух последних недель декабря месяца.

Промежуточная (годовая) аттестация представляет собой оценку результатов освоения СИПР и развития жизненных компетенций обучающегося по итогам учебного года. Промежуточная аттестация проводится в конце учебного года в течение двух последних недель мая месяца в форме мониторинга, по аналогии с текущей аттестацией.

2. Содержание обучения

Общая характеристика учебного предмета с учетом особенностей его освоения обучающимся

На уроках адаптивной физической культуры у обучающегося формируются жизненно необходимые двигательные умения, навыки и физические качества, развивается общая и мелкая моторика, развивается ориентировка в схеме собственного тела, способность к пространственной ориентировке, а так же к самостоятельному передвижению, развивается чувство темпа и ритма движений, повышается двигательная активность, формируется мотивация и устойчивый интерес к занятиям физическими упражнениями, воспитывается чувство уверенности в себе, своих силах и возможностях.

Содержание учебного предмета для обучающегося построено с учетом индивидуальных возможностей ученика и практики общения со взрослым (учителем).

Программа состоит из следующих разделов: «Физическая подготовка», «Коррекционные подвижные игры».

Адаптивная физическая культура для детей с нарушением интеллекта – это не только развитие моторных, умственных и социально-бытовых навыков, укрепление здоровья, но и социализация и интеграция в обществе

Тематический планирование в 1 доп классе

№	Вид занятий	Количество часов	Практические занятия
1	«Физическая подготовка»	45	45
2	«Коррекционные подвижные игры»	21	21
	Всего:	66	66

Содержание учебного предмета «Адаптивная физкультура», 1 доп класс

№	Наименование раздела	Краткая характеристика содержания раздела
1	«Физическая подготовка»	<i>Построения и перестроения.</i> Принятие исходного положения для построения и перестроения: основная стойка, стойка ноги врозь, стойка «ноги на ширине плеч. Построение в колонну по одному, в одну шеренгу, построение в круг, повороты на месте в разные стороны, перестроение из шеренги в круг. Размыкание на вытянутые руки в стороны, на вытянутые руки вперед. <i>Общеразвивающие и корригирующие упражнения.</i> Дыхательные упражнения: произвольный вдох (выдох) через рот (нос), произвольный вдох через нос (рот), выдох через рот (нос). Одновременное (поочередное) сгибание (разгибание) пальцев. Круговые движения кистью, движения руками в исходных положениях «стоя», «сидя», «лежа»: вперед, назад, в стороны, вверх, вниз, круговые движения. Движения головой: наклоны вперед (назад, в стороны), повороты, круговые движения. Поднимание головы в положении «лежа на животе». Наклоны туловища вперед (в стороны, назад). Повороты туловища вправо (влево). Круговые движения прямыми руками вперед (назад).

		<p>Наклоны туловища в сочетании с поворотами. Стояние на коленях. Ходьба с высоким подниманием колен. Хлопки в ладони под поднятой прямой ногой. Движения стопами: поднимание, опускание, наклоны, круговые движения. Приседание. Ползание на четвереньках. Поочередные (одновременные) движения ногами: поднимание (отведение) прямых (согнутых) ног, круговые движения. Переход из положения «лежа» в положение «сидя» (из положения «сидя» в положение «лежа»). Ходьба по доске, лежащей на полу. Ходьба по гимнастической скамейке: широкой (узкой) поверхности гимнастической скамейки, ровной (наклонной) поверхности гимнастической скамейки. Прыжки на двух ногах (с одной ноги на другую). Стойка у вертикальной плоскости в правильной осанке. Движение руками и ногами, стоя у вертикальной плоскости: отведение рук в стороны, поднимание вверх и возвращение в исходное положение, поочередное поднимание ног вперед, отведение в стороны. Отход от стены с сохранением правильной осанки.</p> <p><i>Ходьба и бег.</i> Ходьба с удержанием рук за спиной (на поясе, на голове, в стороны). Движения руками при ходьбе: взмахи, вращения, отведение рук назад, в стороны, подъем вверх. Ходьба ровным шагом, на носках, пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом. Ходьба в умеренном темпе. Ходьба с изменением темпа, направления движения. Бег в умеренном темпе. Бег с изменением темпа и направления движения. Бег в колонне. Ходьба в колонне по одному.</p> <p><i>Прыжки.</i> Прыжки на двух ногах на месте с продвижением вперед (назад, вправо, влево). Перепрыгивание с одной ноги на другую на месте, с продвижением вперед.</p> <p><i>Ползание, подлезание, лазание, перелезание.</i> Ползание на животе, на четвереньках. Подлезание под препятствия на животе, на четвереньках.</p> <p><i>Броски, ловля, метание, передача предметов и перенос груза.</i> Передача предметов в шеренге (по кругу, в колонне). Броски среднего (маленького) мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку).. Бросание мяча на дальность.</p>
2	Коррекционные подвижные игры»	<p>Подвижные игры и игровые упражнения: «Догони меня»;«Найди предмет в зале»;«По ровненькой дорожке»;«Паровозик»;«Поймай мяч»; «Узнай предмет»; «Солнышко и дождик»; «Горячий мяч»;«Прятки»; «Окошко»; «С кочки на кочку» ;«Карлики-великаны»; «Шарики»; «Запомни мяч»; «Поляшим»; «Птичка и птенчик»; «Птичка и птенчик»; «Пузырь» ;«Зайка беленький» ;«Пастух»; «Катаем снежки» ;«Ладошки»; «Перебрось мяч»; «Курочка-хохлатка»; «Бабочка» ;«Крылья»</p>

Календарно-тематическое планирование, 1доп класс

1	Тема раздела, урока.	Кол-во часов	Дата проведения	Основные виды учебной деятельности
I. «Физическая подготовка» - 45 часов:				
1	Вводное занятие. Начальные сведения о физической культуре. Урок-путешествие	1	04.09	Назначение спортивного инвентаря и оборудования Правила поведения в спортивном зале и на уроке АФК. Уметь слушать инструкцию учителя.
2	Ходьба и бег Урок-игра	1	06.09	Формирование понятий названий частей тела (правая рука, левая рука) Принятия исходного положения для построения и перестроения: основная стойка. ОРУ без предмета. <i>Подводящие упражнения:</i> ходьба и бег стайкой за учителем <i>Основные движения:</i> ходьба и бег в задано направление <i>Корректирующие дыхательные упражнения:</i> произвольный вдох (выдох) через рот (нос)Выполнять задание совместно с учителем
3	Ходьба и бег Урок-игра	1	11.09	Формирование понятий названий частей тела (правая нога, левая нога) Принятия исходного положения для построения и перестроения: основная стойка. ОРУ без предмета. <i>Подводящие упражнения:</i> ходьба и бег стайкой за учителем <i>Основные движения:</i> ходьба и бег в задано направление <i>Корректирующие дыхательные упражнения:</i> произвольный вдох (выдох) через рот (нос)

4	Ходьба и бег Урок-игра	1	13.09	<p>Формирование понятий названий частей тела (голова туловище) Стойка ноги врозь. ОРУ с предметами . <i>Подводящие упражнения:</i> ходьба и бег в колонне по одному за учителем. <i>Основные движения</i> ходьба и бег в колонне по одному за учителем с изменением темпа. <i>Корректирующие дыхательные упражнения:</i> произвольный вдох (выдох) через рот (нос)</p>
5	Ходьба и бег Урок-игра	1	18.09	<p>Формирование понятий названий частей тела (правая рука, левая рука) Стойка ноги врозь. ОРУ с предметами . <i>Подводящие упражнения:</i> ходьба и бег в колонне по одному за учителем. <i>Основные движения</i> ходьба и бег в колонне по одному за учителем с изменением темпа. <i>Корректирующие дыхательные упражнения:</i> произвольный вдох (выдох) через рот (нос)</p>
6	Ходьба и бег Урок-игра	1	20.09	<p>Формирование понятий названий частей тела (правая нога, левая нога) Построение в шеренгу по одному. ОРУ с предметами. <i>Подводящие упражнения:</i> ходьба и бег в колонне по одному за учителем с изменением направления движения. <i>Основные движения:</i> ходьба бег в колонне по одному за учителем противоходом <i>Корректирующие дыхательные упражнения:</i> сюжетные</p>
7	Ходьба и бег Урок-игра	1	25.09	<p>Формирование понятий названий частей тела (голова туловище) Построение в шеренгу по одному. ОРУ с предметами. <i>Подводящие упражнения:</i> ходьба и бег в колонне по одному за учителем с изменением направления движения. <i>Основные движения:</i> ходьба бег в колонне по одному за учителем противоходом <i>Корректирующие дыхательные упражнения:</i> сюжетные</p>

8	Ползание Урок-игра	1	27.09	Построение в колонну по одному. ОРУ с предметами. <i>Подводящие упражнения:</i> ползание на четвереньках <i>Основные движения:</i> подлезание пол препятствия на четвереньках <i>Корректирующие упражнения:</i> одновременное (поочередное) сгибание (разгибание) пальцев.
9	Ползание Урок-игра	1	02.10	Построение в колонну по одному. ОРУ с предметами. <i>Подводящие упражнения:</i> ползание на четвереньках <i>Основные движения:</i> подлезание пол препятствия на четвереньках <i>Корректирующие упражнения:</i> одновременное (поочередное) сгибание (разгибание) пальцев.
10	Ползание Урок-игра	1	03.10	Построение в круг. ОРУ с предметами. <i>Подводящие упражнения:</i> ползание на животе <i>Основные движения:</i> подлезание под препятствия на животе <i>Корректирующие упражнения:</i> противопоставление первого пальца остальным на одной руке, (одновременно двумя руками)
11	Ползание Урок-игра	1	09.10	Построение в круг. ОРУ с предметами. <i>Подводящие упражнения:</i> ползание на животе <i>Основные движения:</i> подлезание под препятствия на животе <i>Корректирующие упражнения:</i> противопоставление первого пальца остальным на одной руке, (одновременно двумя руками)
12	Прыжки Урок-игра	1	11.10	Построение в шеренгу. Перестроение из шеренги в круг. ОРУ с предметами. <i>Основные движения:</i> прыжки на двух ногах на месте. <i>Корректирующие упражнения:</i> противопоставление первого пальца остальным на одной руке, (одновременно двумя руками)

13	Прыжки Урок-игра	1	16.10	<p>Построение в шеренгу. Перестроение из шеренги в круг. ОРУ с предметами.</p> <p><i>Основные движения:</i> прыжки на двух ногах на месте.</p> <p><i>Корректирующие упражнения:</i> противопоставление первого пальца остальным на одной руке, (одновременно двумя руками)</p>
14	Прыжки Урок-соревнование	1	18.10	<p>Построение в колонну Размыкание и смыкание в шеренге. ОРУ с предметами.</p> <p><i>Основные движения:</i> прыжки на двух ногах с продвижением вперед.</p> <p><i>Корректирующие упражнения:</i> круговые движение кистью.</p>
15	Прыжки Урок-соревнование	1	23.10	<p>Построение в колонну Размыкание и смыкание в шеренге. ОРУ с предметами.</p> <p><i>Основные движения:</i> прыжки на двух ногах с продвижением вперед.</p> <p><i>Корректирующие упражнения:</i> круговые движение кистью.</p>
16	Передача предметов Урок-соревнование	1	25.10	<p>Построение в колонну , шеренгу. Размыкание и смыкание в колонне, шеренге. ОРУ с предметами .</p> <p><i>Подводящие упражнения:</i> передача предметов в шеренге</p> <p><i>Основные движения:</i> передача предметов в кругу</p> <p><i>Корректирующие упражнения:</i> противопоставление первого пальца остальным на одной руке, (одновременно двумя руками)</p>
17	Передача предметов Урок-соревнование	1	08.11	<p>Построение в колонну , шеренгу. Размыкание и смыкание в колонне, шеренге. ОРУ с предметами .</p> <p><i>Подводящие упражнения:</i> передача предметов в шеренге</p> <p><i>Основные движения:</i> передача предметов в кругу</p> <p><i>Корректирующие упражнения:</i> противопоставление первого пальца остальным на одной руке, (одновременно двумя руками)</p>

18	Ходьба и бег	1	13.11	<p>Принятия принятие исходного положения для построения и перестроения: основная стойка. ОРУ без предмета.</p> <p><i>Основные движения:</i> Ходьба и бег с изменением темпа</p> <p><i>Корректирующие дыхательные упражнения:</i> произвольный вдох (выдох) через рот (нос) Выполнять задание совместно с учителем</p>
19	Ходьба и бег Урок-соревнование	1	15.11	<p>Принятия принятие исходного положения для построения и перестроения: основная стойка. ОРУ без предмета.</p> <p><i>Основные движения:</i> Ходьба и бег с изменением темпа</p> <p><i>Корректирующие дыхательные упражнения:</i> произвольный вдох (выдох) через рот (нос) Выполнять задание совместно с учителем</p>
20	Ходьба и бег	1	20.11	<p>Стойка ноги врозь. ОРУ с предметами .</p> <p><i>Основные движения</i> Ходьба и бег с изменением темпа и направления движения. <i>Корректирующие дыхательные упражнения:</i> произвольный вдох (выдох) через рот (нос)</p>
21	Ходьба и бег Урок-соревнование	1	22.11	<p>Стойка ноги врозь. ОРУ с предметами .</p> <p><i>Основные движения</i> Ходьба и бег с изменением темпа и направления движения. <i>Корректирующие дыхательные упражнения:</i> произвольный вдох (выдох) через рот (нос)</p>
22	Ходьба и бег	1	27.11	<p>Построение в шеренгу по одному. ОРУ с предметами.</p> <p><i>Подводящие упражнения:</i> ходьба и бег в колонне по одному за учителем с изменением направления движения.</p> <p><i>Основные движения:</i> ходьба бег в колонне по одному за учителем противоходом</p> <p><i>Корректирующие дыхательные упражнения:</i> сюжетные</p>

23	Ходьба и бег Урок-соревнование	1	29.11	<p>Построение в шеренгу по одному. ОРУ с предметами.</p> <p><i>Подводящие упражнения:</i> ходьба и бег в колонне по одному за учителем с изменением направления движения.</p> <p><i>Основные движения:</i> ходьба бег в колонне по одному за учителем противоходом</p> <p><i>Корректирующие дыхательные упражнения:</i> сюжетные</p>
24	Ползание	1	04.12	<p>Построение в колонну по одному. ОРУ с предметами.</p> <p><i>Подводящие упражнения:</i> ползание на четвереньках</p> <p><i>Основные движения:</i> подлезание пол препятствия на четвереньках</p> <p><i>Корректирующие упражнения:</i> одновременное (поочередное) сгибание (разгибание) пальцев.</p>
25	Ползание	1	06.12	<p>Построение в колонну по одному. ОРУ с предметами.</p> <p><i>Подводящие упражнения:</i> ползание на четвереньках</p> <p><i>Основные движения:</i> подлезание пол препятствия на четвереньках</p> <p><i>Корректирующие упражнения:</i> одновременное (поочередное) сгибание (разгибание) пальцев.</p>
26	Ползание	1	11.12	<p>Построение в круг. ОРУ с предметами.</p> <p><i>Подводящие упражнения:</i> ползание на животе</p> <p><i>Основные движения:</i> подлезание под препятствия на животе</p> <p><i>Корректирующие упражнения:</i> противопоставление первого пальца остальным на одной руке, (одновременно двумя руками)</p>
27	Ползание	1	13.12	<p>Построение в круг. ОРУ с предметами.</p> <p><i>Подводящие упражнения:</i> ползание на животе</p> <p><i>Основные движения:</i> подлезание под препятствия на животе</p> <p><i>Корректирующие упражнения:</i> противопоставление первого пальца остальным на одной руке, (одновременно двумя руками)</p>

28	Прыжки	1	18.12	<p>Построение в шеренгу. Перестроение из шеренги в круг. ОРУ с предметами.</p> <p><i>Основные движения:</i> прыжки на двух ногах на месте.</p> <p><i>Корректирующие упражнения:</i> противопоставление первого пальца остальным на одной руке, (одновременно двумя руками)</p>
29	Прыжки	1	20.12	<p>Построение в шеренгу. Перестроение из шеренги в круг. ОРУ с предметами.</p> <p><i>Основные движения:</i> прыжки на двух ногах на месте.</p> <p><i>Корректирующие упражнения:</i> противопоставление первого пальца остальным на одной руке, (одновременно двумя руками)</p>
30	Прыжки	1	25.12	<p>Построение в колонну Размыкание и смыкание в шеренге. ОРУ с предметами.</p> <p><i>Основные движения:</i> прыжки на двух ногах с продвижением вперед.</p> <p><i>Корректирующие упражнения:</i> круговые движение кистью.</p>
31	Прыжки	1	27.02	<p>Построение в колонну Размыкание и смыкание в шеренге. ОРУ с предметами.</p> <p><i>Основные движения:</i> прыжки на двух ногах с продвижением вперед.</p> <p><i>Корректирующие упражнения:</i> круговые движение кистью.</p>
32	Передача предметов	1	10.01	<p>Построение в колонну , шеренгу. Размыкание и смыкание в колонне, шеренге. ОРУ с предметами .</p> <p><i>Подводящие упражнения:</i> передача предметов в шеренге</p> <p><i>Основные движения:</i> передача предметов в кругу</p> <p><i>Корректирующие упражнения:</i> противопоставление первого пальца остальным на одной руке, (одновременно двумя руками)</p>

33	Передача предметов	1	15.01	<p>Построение в колонну , шеренгу. Размыкание и смыкание в колонне, шеренге. ОРУ с предметами .</p> <p><i>Подводящие упражнения:</i> передача предметов в шеренге</p> <p><i>Основные движения:</i> передача предметов в кругу</p> <p><i>Корректирующие упражнения:</i> противопоставление первого пальца остальным на одной руке, (одновременно двумя руками)</p>
34	Прокатывание мяча	1	17.01	<p>Повороты на месте в разные стороны . ОРУ с предметами</p> <p><i>Основные движения:</i> Прокатывания мяча по полу в заданном направлении.</p> <p><i>Корректирующие упражнения:</i> наклоны туловища сочетании с поворотами.</p>
35	Прокатывание мяча	1	22.01	<p>Повороты на месте в разные стороны . ОРУ с предметами</p> <p><i>Основные движения:</i> Прокатывания мяча по полу в заданном направлении.</p> <p><i>Корректирующие упражнения:</i> наклоны туловища сочетании с поворотами.</p>
36	Ходьба и бег	1	24.01	<p>Принятия исходного положения для построения и перестроения: основная стойка. ОРУ без предмета.</p> <p><i>Подводящие упражнения:</i> ходьба и бег стайкой за учителем</p> <p><i>Основные движения:</i> ходьба и бег в задано направление</p> <p><i>Корректирующие дыхательные упражнения:</i> произвольный вдох (выдох) через рот (нос)Выполнять задание совместно с учителем</p>
37	Ходьба и бег	1	29.01	<p>Принятия исходного положения для построения и перестроения: основная стойка. ОРУ без предмета.</p> <p><i>Подводящие упражнения:</i> ходьба и бег стайкой за учителем</p> <p><i>Основные движения:</i> ходьба и бег в задано направление</p> <p><i>Корректирующие дыхательные упражнения:</i> произвольный вдох (выдох) через рот (нос)Выполнять задание совместно с учителем</p>

38	Ходьба и бег	1	31.01	<p>Стойка ноги врозь. ОРУ с предметами .</p> <p><i>Подводящие упражнения:</i> ходьба и бег в колонне по одному за учителем.</p> <p><i>Основные движения:</i> ходьба и бег в колонне по одному за учителем с изменением темпа.</p> <p><i>Корректирующие дыхательные упражнения:</i> произвольный вдох (выдох) через рот (нос)</p>
39	Ходьба и бег	1	05.02	<p>Стойка ноги врозь. ОРУ с предметами .</p> <p><i>Подводящие упражнения:</i> ходьба и бег в колонне по одному за учителем.</p> <p><i>Основные движения:</i> ходьба и бег в колонне по одному за учителем с изменением темпа.</p> <p><i>Корректирующие дыхательные упражнения:</i> произвольный вдох (выдох) через рот (нос)</p>
40	Ходьба и бег Активированный день. Приказ№ 139	1	07.02	<p>Стойка ноги врозь. ОРУ с предметами .</p> <p><i>Подводящие упражнения:</i> ходьба и бег в колонне по одному за учителем.</p> <p><i>Основные движения:</i> ходьба и бег в колонне по одному за учителем с изменением темпа.</p> <p><i>Корректирующие дыхательные упражнения:</i> произвольный вдох (выдох) через рот (нос)</p>
41	Ходьба и бег	1	19.02	<p>Стойка ноги врозь. ОРУ с предметами .</p> <p><i>Подводящие упражнения:</i> ходьба и бег в колонне по одному за учителем.</p> <p><i>Основные движения:</i> ходьба и бег в колонне по одному за учителем с изменением темпа.</p> <p><i>Корректирующие дыхательные упражнения:</i> произвольный вдох (выдох) через рот (нос)</p>

42	Прокатывания мяча Активированный день. Приказ№156	1	21.02	Повороты на месте в разные стороны . ОРУ с предметами <i>Основные движения:</i> Прокатывания мяча по полу в заданном направлении. <i>Корректирующие упражнения:</i> наклоны туловища сочетании с поворотами.
43	Прокатывание мяча Активированный день. Приказ№ 164	1	26.02	Повороты на месте в разные стороны . ОРУ с предметами <i>Основные движения:</i> Прокатывания мяча по полу в заданном направлении. <i>Корректирующие упражнения:</i> наклоны туловища сочетании с поворотами.
44	Прыжки Активированный день. Приказ№ 170	1	28.02	Построение в колонну Размыкание и смыкание в шеренге. ОРУ с предметами. <i>Основные движения:</i> прыжки на двух ногах с продвижением вперед. <i>Корректирующие упражнения:</i> круговые движение кистью.
45	Прыжки Активированный день. Приказ№ 180		04.03	Построение в колонну Размыкание и смыкание в шеренге. ОРУ с предметами. <i>Основные движения:</i> прыжки на двух ногах с продвижением вперед. <i>Корректирующие упражнения:</i> круговые движение кистью.
«Коррекционные подвижные игры» - 21 час				
46	Подвижные игры с бегом Коррекционная игра	1	06.03	Практическое знакомство с правилами игр. Сюжетные ОРУ «Догони меня» направлены на развитие скоростных способностей «Найди предмет в зале» формирует способность ориентировки в пространстве зала и совместные работы с партнером. Уметь слышать инструкцию учителя. Выполнять действия по сигналу. Выполнять задания совместно с учителем,

47	Подвижные игры с бегом Коррекционная игра	1	11.03	Практическое знакомство с правилами игр. Сюжетные ОРУ «Догони меня» направлены на развитие скоростных способностей «Найди предмет в зале» формирует способность ориентировки в пространстве зала и совместные работы с партнером. Уметь слышать инструкцию учителя .Выполнять действия по сигналу. Выполнять задания совместно с учителем,
48	Подвижные игры с прыжками Коррекционная игра	1	13.03	Практическое знакомство с правилами игр. Сюжетные ОРУ «По ровненькой дорожке» направлены на развитие скоростно-силовых способностей «Паровозик» формирует способность ориентировки в пространстве и совместные работы с партнером Выполнять задания совместно с учителем. Уметь слышать инструкцию учителя. Выполнять действия по сигналу.
49	Подвижные игры с прыжками Коррекционная игра	1	18.03	Практическое знакомство с правилами игр. Сюжетные ОРУ «По ровненькой дорожке» направлены на развитие скоростно - силовых способностей «Паровозик» формирует способность ориентировки в пространстве и совместные работы с партнером Выполнять задания совместно с учителем. Уметь слышать инструкцию учителя. Выполнять действия по сигналу.
50	Подвижные игры с мячом Коррекционная игра	1	20.03	Практическое знакомство с правилами игр. ОРУ«Солнышко» «Поймай мяч» направлены на развитие скоростных и координационных способностей «Узнай предмет развитие тактильной чувствительности»Выполнять задания совместно с учителем. Уметь слышать инструкцию учителя. Выполнять действия по сигналу. .

51	Подвижные игры с мячом Коррекционная игра	1	01.04	Практическое знакомство с правилами игр. ОРУ «Солнышко и дождик » «Поймай мяч» направлены на развитие скоростных и координационных способностей «Узнай предмет развитие тактильной чувствительности» Выполнять задания совместно с учителем. Уметь слышать инструкцию учителя. Выполнять действия по сигналу.
52	Подвижные игры с бегом Коррекционная игра	1	03.04	Практическое знакомство с правилами игр. ОРУ ««Прятки»» «Солнышко и дождик» направлены на развитие скоростных способностей «Горячий мяч» развитие тактильной чувствительности Выполнять задания совместно с учителем. Уметь слышать инструкцию учителя. Выполнять действия по сигналу.
53	Подвижные игры с бегом Коррекционная игра	1	08.04	Практическое знакомство с правилами игр. ОРУ «Прятки» «Солнышко и дождик» направлены на развитие скоростных способностей «Горячий мяч» развитие тактильной чувствительности Выполнять задания совместно с учителем. Уметь слышать инструкцию учителя. Выполнять действия по сигналу.
54	Подвижные игры с прыжками Коррекционная игра	1	10.04	Практическое знакомство с правилами игр. ОРУ «Окошко» «С кочки на кочку» направлены на развитие скоростно-силовых способностей «Карлики-великаны» для активизации психических процессов: восприятие, внимание, памяти Выполнять задания совместно с учителем. Уметь слышать инструкцию учителя. Выполнять действия по сигналу.

55	Подвижные игры с прыжками Коррекционная игра	1	15.04	Практическое знакомство с правилами игр. ОРУ «Окошко» «С кочки на кочку» направлены на развитие скоростно-силовых способностей «Карлики-великаны» для активизации психических процессов: восприятие, внимание, памяти Выполнять задания совместно с учителем. Уметь слышать инструкцию учителя. Выполнять действия по сигналу.
56	Подвижные игры с мячом Коррекционная игра	1	17.04	Практическое знакомство с правилами игр. ОРУ «Шарики» «Поймай мяч» направлены на развитие скоростных и координационных способностей «Запомни мяч» для активизации психических процессов: восприятие, внимание, памяти Выполнять задания совместно с учителем. Уметь слышать инструкцию учителя. Выполнять действия по сигналу.
57	Подвижные игры с мячом Коррекционная игра	1	22.04	Практическое знакомство с правилами игр. ОРУ «Шарики» «Поймай мяч» направлены на развитие скоростных и координационных способностей «Запомни мяч» для активизации психических процессов: восприятие, внимание, памяти Выполнять задания совместно с учителем. Уметь слышать инструкцию учителя. Выполнять действия по сигналу.
58	Подвижные игры с бегом Коррекционная игра	1	24.04	Практическое знакомство с правилами игр. ОРУ «Попляшим» «Птичка и птенчик» направлены на развитие скоростных способностей «Пузырь» для развития речевой деятельности способности звукоподражанию Выполнять задания совместно с учителем. Уметь слышать инструкцию учителя. Выполнять действия по сигналу.

59	Подвижные игры с бегом Коррекционная игра	1	23.04	Практическое знакомство с правилами игр. ОРУ «Попляшим» «Птичка и птенчик» направлены на развитие скоростных способностей «Пузырь» для развития речевой деятельности способности звукоподражанию Выполнять задания совместно с учителем. Уметь слышать инструкцию учителя. Выполнять действия по сигналу.
60	Подвижные игры с прыжками Коррекционная игра	1	06.05	Практическое знакомство с правилами игр.. ОРУ «Катаем снежки» «Зайка беленький» направлены на развитие скоростных-силовых способностей «Пастух» для развития речевой деятельности способности звукоподражанию звукоподражанию Выполнять задания совместно с учителем. Уметь слышать инструкцию учителя. Выполнять действия по сигналу.
61	Подвижные игры с прыжками Коррекционная игра	1	08.05	Практическое знакомство с правилами игр.. ОРУ «Катаем снежки»«Зайка беленький» направлены на развитие скоростных-силовых способностей «Пастух» для развития речевой деятельности способности звукоподражанию. Выполнять задания совместно с учителем. Уметь слышать инструкцию учителя. Выполнять действия по сигналу.
62	Подвижные игры с мячом Коррекционная игра	1	13.05	Практическое знакомство с правилами игр. ОРУ «Ладшки» «Перебрось мяч» направлены на развитие скоростных-силовых способностей «Курочка-хохлатка» для развития речевой деятельности способности звукоподражанию. Выполнять задания совместно с учителем. Уметь слышать инструкцию учителя. Выполнять действия по сигналу.

63	Подвижные игры с мячом Коррекционная игра	1	15.05	Практическое знакомство с правилами игр. ОРУ «Ладшки» «Перебрось мяч» направлены на развитие скоростных-силовых способностей «Курочка-хохлатка» для развития речевой деятельности способности звукоподражанию Выполнять задания совместно с учителем. Уметь слышать инструкцию учителя. Выполнять действия по сигналу.
64	Подвижные игры с мячом Коррекционная игра	1	14.05	Практическое знакомство с правилами игр. ОРУ «Шагают ножки» «Катим мяч с высокой горки» направлены на развитие скоростных-силовых способностей «Бабочка» для развития мелкой моторики ,движение пальцами. Выполнять задания совместно с учителем. Уметь слышать инструкцию учителя. Выполнять действия по сигналу.
65	Подвижные игры с мячом	1	20.05	Практическое знакомство с правилами игр. «Шагают ножки» «Катим мяч с высокой горки» направлены на развитие скоростных-силовых способностей «Бабочка» для развития мелкой моторики ,движение пальцами. Выполнять задания совместно с учителем. Уметь слышать инструкцию учителя. Выполнять действия по сигналу.
66	Подвижные игры с прыжками	1	22.05	Практическое знакомство с правилами игр. ОРУ ««Крылья»» «По ровненькой дорожке» направлены на развитие скоростно-силовых способностей «Паровозик» способность ориентировки в пространстве и совместные работы с партнером. Выполнять задания совместно с учителем. Уметь слышать инструкцию учителя. Выполнять действия по сигналу.

