

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 физкультура»
7в класс
вариант 2
(для обучающихся с интеллектуальными нарушениями)

Кошкин Всеволод Валерьевич
учитель физической культуры

Нягань, 2023

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 ФАООП 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), тяжелыми и множественными нарушениями развития. Рабочая программа составляется с учетом реализации особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей обучающихся

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 физическая культура» в 7 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 68 часа в год (2 часа в неделю).

Целью занятий по адаптивной физкультуре: является повышение двигательной активности обучающихся и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни.

Основные задачи: формирование и совершенствование основных и прикладных двигательных навыков; формирование туристических навыков, умения кататься на велосипеде, ходить на лыжах, плавать, играть в спортивные игры; укрепление и сохранение здоровья обучающихся, профилактика болезней и возникновения вторичных заболеваний.

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физкультура» в 7в классе определяет следующие задачи:

Задачи учебного предмета:

- 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 перелезать через препятствия и подлезать под них различными способами в зависимости от высоты;
- формирование умения переносить несколько набивных мячей;
- формирование умения сохранять равновесие на гимнастической скамейке в упражнениях с предметами и в парах, выполнять вис на канате,
- 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 7и класс

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;
- 6) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Предметные результаты

- 1) Восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений.
- 2) Соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью.
- 3) Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности: езда на велосипеде, ходьба на лыжах, спортивные игры, туризм, плавание.

Система оценки достижения обучающимися с умственной отсталостью планируемых результатов освоения рабочей программы по учебному предмету «Адаптивная физкультура» в 7в 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.

Фиксация результатов промежуточной (годовой) аттестации осуществляется в форме «*усвоил*»/ «*не усвоил*».

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.

Тематическое планирование

№	Вид занятий	Количество часов	Практические занятия
1.	Физическая подготовка.	44	44
2	Коррекционные подвижные игры.	24	24
	Всего:	68	68

Содержание учебного предмета.

№	Наименование раздела	Краткая характеристика содержания раздела
1	«Физическая подготовка»	<p>Построения и перестроения. Принятие исходного положения для построения и перестроения: основная стойка, стойка «ноги на ширине плеч» («ноги на ширине ступни»). Построение в колонну по одному, в одну шеренгу, перестроение из шеренги в круг. Размыкание на вытянутые руки в стороны, на вытянутые руки вперед. Повороты на месте в разные стороны. Ходьба в колонне по одному. Бег в колонне.</p> <p>Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Дыхательные упражнения: произвольный вдох (выдох) через рот (нос), произвольный вдох через нос (рот), выдох через рот (нос). Одновременное (поочередное) сгибание (разгибание) пальцев. Сгибание пальцев в кулак на одной руке с одновременным разгибанием на другой руке. Круговые движения кистью, движения руками в исходных положениях «стоя», «сидя», «лежа»: вперед, назад, в стороны, вверх, вниз, круговые движения. Круговые движения руками в исходном положении «руки к плечам». Движения плечами вперед (назад, вверх, вниз)</p> <p>Движения головой: наклоны вперед (назад, в стороны), повороты, круговые движения. Поднимание</p>

		<p>головы в положении «лежа на животе». Наклоны туловища вперед (в стороны, назад). Повороты туловища вправо (влево). Круговые движения прямыми руками вперед (назад). Наклоны туловища в сочетании с поворотами. Стояние на коленях.</p> <p>Ходьба с высоким подниманием колен. Хлопки в ладони под поднятой прямой ногой. Движения стопами: поднимание, опускание, наклоны, круговые движения. 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. 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>Бег с высоким подниманием бедра (захлестыванием голени, приставным шагом).</p> <p>Ходьба и бег: 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, в полуприседе, приседе. Ходьба в умеренном темпе. Ходьба с изменением темпа, направления движения. Бег в умеренном темпе. Бег с изменением темпа и направления движения. Бег с изменением темпа, направления движения.</p> <p>Преодоление препятствий при ходьбе (беге).</p> <p>Прыжки: Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево). Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед. Перепрыгивание с одной ноги на другую на месте, с продвижением вперед. Прыжки в длину с места.</p> <p>Ползание, подлезание: Ползание на животе, на четвереньках. Подлезание под препятствия на животе, на четвереньках.</p> <p>передача предметов: Передача предметов в шеренге (по кругу, в колонне). Броски среднего (маленького) мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку). Бросание мяча на дальность. Броски (ловля) мяча в ходьбе (беге).</p>
2	Коррекционные подвижные игры»	Подвижные игры с мячом; Подвижные игры с бегом; Подвижные игры с прыжками. Соблюдение правил и последовательности действий в играх.

Календарно-тематическое планирование, 7в класс

№ ПП	Тема раздела, урока.	Кол-во часов	Дата проведения	Основные виды учебной деятельности
I.	Физическая подготовка	44		
1	Начальные сведения о физической культуре. Предварительный контроль.	1	04.09	Инструктаж по ТБ. Повторение: назначение спортивного инвентаря и оборудования. Правила поведения на занятиях физической культуры.
2	Ходьба и бег	1	07.09	Принятие исходного положения для построения и перестроения. Основная стойка. Общеразвивающие упражнения (далее – ОРУ) без предметов. Размыкание на вытянутые руки в стороны. Ходьба и бег. Бег в колонне <i>Подводящие упражнения:</i> Ходьба и бег стайкой за учителем <i>Основные движения:</i> Ходьба и бег в заданном направлении.
3	Ходьба и бег	1	11.09	Принятие исходного положения для построения и перестроения. Основная стойка. Общеразвивающие упражнения (далее – ОРУ) без предметов. Размыкание на вытянутые руки в стороны. Ходьба и бег. Бег в колонне <i>Подводящие упражнения:</i> Ходьба и бег стайкой за учителем <i>Основные движения:</i> Ходьба и бег в заданном направлении.
4	Ходьба и бег	1	14.09	Принятие исходного положения для построения и перестроения: основная стойка, стойка «ноги на ширине плеч» «ноги на ширине ступни». Стойка ноги врозь. ОРУ с предметами. Ходьба и бег в колонне по одному, по двое. Перестроение из шеренги в круг <i>Подводящие упражнения:</i> Ходьба и бег в колонне по одному за учителем. <i>Основные движения:</i> Размыкание на вытянутые руки.

5	Ходьба и бег	1	18.09	<p>Принятие исходного положения для построения и перестроения: основная стойка, стойка «ноги на ширине плеч» «ноги на ширине ступни».</p> <p>Стойка ноги врозь. ОРУ с предметами.</p> <p>Ходьба и бег в колонне по одному, по двое.</p> <p>Перестроение из шеренги в круг</p> <p><i>Подводящие упражнения:</i> Ходьба и бег в колонне по одному за учителем.</p> <p><i>Основные движения:</i> Размыкание на вытянутые руки.</p>
6	Ходьба и бег	1	21.09	<p>Принятие исходного положения для построения и перестроения: основная стойка, стойка «ноги на ширине плеч» «ноги на ширине ступни». ОРУ с предметами.</p> <p>Построение в колонну по одному, в одну шеренгу. Ходьба в колонне по одному за учителем с изменением движения</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 и бег в колонне по одному за учителем противходом.</p>
7	Ходьба и бег	1	25.09	<p>Принятие исходного положения для построения и перестроения: основная стойка, стойка «ноги на ширине плеч» «ноги на ширине ступни». ОРУ с предметами.</p> <p>Построение в колонну по одному, в одну шеренгу. Ходьба в колонне по одному за учителем с изменением движения</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 и бег в колонне по одному за учителем противходом.</p>
8	Сюжетный урок	1	28.09	<p>Принятие исходного положения для построения и перестроения: основная стойка, стойка «ноги на ширине плеч» «ноги на ширине ступни». ОРУ с предметами. Сюжетные упражнения в ходьбе, ползании, беге и передаче предметов: гусиный шаг, ползание(по-солдатски), бег (по-медвежьей), беличьей шажки. Развитие координационных скоростных способностей</p> <p>Игра «Салки».</p>
9	Сюжетный урок	1	02.10	<p>Принятие исходного положения для построения и перестроения: основная стойка, стойка «ноги на ширине плеч» «ноги на ширине ступни». ОРУ с предметами. Сюжетные упражнения в ходьбе, ползании, беге и передаче предметов: гусиный шаг, ползание(по-солдатски), бег (по-медвежьей), беличьей шажки. Развитие координационных скоростных способностей</p>

				Игра «Салки».
10	Прыжки	1	05.10	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Построение в колонну, шеренгу. Размыкание и смыкание в колонне. ОРУ с предметами Развитие скоростно-силовых способностей: Прыжки на двух ногах (с одной ноги на другую). Развитие мелкой моторики: Круговые движения кистью; движения руками вперед, назад, в стороны, вверх, вниз. Подводящие упражнения: движения руками, ногами. Принятие правильной осанки- стоя и сидя. Основные движения: Сохранение осанки, различные виды ходьбы.
11	Прыжки	1	09.10	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Построение в колонну, шеренгу. Размыкание и смыкание в колонне. ОРУ с предметами Развитие скоростно-силовых способностей: Прыжки на двух ногах (с одной ноги на другую). Развитие мелкой моторики: Круговые движения кистью; движения руками вперед, назад, в стороны, вверх, вниз. Подводящие упражнения: движения руками, ногами. Принятие правильной осанки- стоя и сидя. Основные движения: Сохранение осанки, различные виды ходьбы.
12	Ползание	1	12.10	Принятие исходного положения для построения и перестроения: основная стойка, стойка «ноги на ширине плеч» «ноги на ширине ступни». ОРУ с предметами Дыхательные упражнения: произвольный вдох через нос (рот), выдох через рот (нос). Подлезание под гимнастическую скамейку на животе. Ползание на четвереньках.
13	Ползание	1	16.10	Принятие исходного положения для построения и перестроения: основная стойка, стойка «ноги на ширине плеч» «ноги на ширине ступни». ОРУ с предметами Дыхательные упражнения: произвольный вдох через нос (рот), выдох через рот (нос). Подлезание под гимнастическую скамейку на животе. Ползание на четвереньках.
14	Прыжки	1	19.10	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Построение в колонну, шеренгу. Размыкание и смыкание в колонне. ОРУ с предметами Развитие скоростно-силовых способностей: Прыжки на двух ногах (с

				<p>одной ноги на другую).</p> <p>Развитие мелкой моторики: Круговые движения кистью; движения руками вперед, назад, в стороны, вверх, вниз.</p> <p><i>Подводящие упражнения:</i> движения руками, ногами.</p> <p>Принятие правильной осанки- стоя и сидя, по необходимости - с помощью учителя.</p> <p><i>Основные движения:</i> Сохранение осанки, различные виды ходьбы.</p>
15	Прыжки	1	23.10	<p>Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Построение в колонну, шеренгу. Размыкание и смыкание в колонне. ОРУ с предметами</p> <p>Развитие скоростно-силовых способностей: Прыжки на двух ногах (с одной ноги на другую).</p> <p>Развитие мелкой моторики: Круговые движения кистью; движения руками вперед, назад, в стороны, вверх, вниз.</p> <p><i>Подводящие упражнения:</i> движения руками, ногами.</p> <p>Принятие правильной осанки- стоя и сидя, по необходимости - с помощью учителя.</p> <p><i>Основные движения:</i> Сохранение осанки, различные виды ходьбы.</p>
16	Ходьба и бег	1	26.10	<p>Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Построение в шеренгу. Размыкание и смыкание в шеренге. ОРУ с предметами.</p> <p>Ходьба с удержанием рук на поясе (за спиной, на голове, в стороны)</p> <p>Движения руками при ходьбе: взмахи, вращения, отведение рук назад, в стороны, подъем вверх</p> <p><i>Подводящие упражнения:</i> При ходьбе руки двигаются поочередно в направлении вперед-назад синхронно движениям ног.</p> <p><i>Основные движения:</i> уделять внимание принятию исходных положений, применять различные ориентиры.</p>
17	Ходьба и бег	1	09.11	<p>Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Построение в шеренгу. Размыкание и смыкание в шеренге. ОРУ с предметами.</p> <p>Ходьба с удержанием рук на поясе (за спиной, на голове, в стороны)</p> <p>Движения руками при ходьбе: взмахи, вращения, отведение рук назад, в стороны, подъем вверх</p> <p><i>Подводящие упражнения:</i> При ходьбе руки двигаются поочередно в направлении вперед-назад синхронно движениям ног.</p> <p><i>Основные движения:</i> уделять внимание принятию исходных положений, применять различные ориентиры.</p>
18	Ходьба и бег	1	13.11	<p>Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Построение в шеренгу.</p>

				<p>Размыкание и смыкание в шеренге. ОРУ с предметами.</p> <p>Ходьба с удержанием рук на поясе (за спиной, на голове, в стороны)</p> <p>Движения руками при ходьбе: взмахи, вращения, отведение рук назад, в стороны, подъем вверх</p> <p><i>Подводящие упражнения:</i> При ходьбе руки двигаются поочередно в направлении вперед-назад синхронно движениям ног.</p> <p><i>Основные движения:</i> уделять внимание принятию исходных положений, применять различные ориентиры.</p>
19	Ходьба и бег	1	16.11	<p>Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Построение в шеренгу.</p> <p>Размыкание и смыкание в шеренге. ОРУ с предметами.</p> <p>Ходьба с удержанием рук на поясе (за спиной, на голове, в стороны)</p> <p>Движения руками при ходьбе: взмахи, вращения, отведение рук назад, в стороны, подъем вверх</p> <p><i>Подводящие упражнения:</i> При ходьбе руки двигаются поочередно в направлении вперед-назад синхронно движениям ног.</p> <p><i>Основные движения:</i> уделять внимание принятию исходных положений, применять различные ориентиры.</p>
20	Ходьба и бег	1	20.11	<p>Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Построение в шеренгу.</p> <p>Размыкание и смыкание в шеренге. ОРУ с предметами.</p> <p>Ходьба с удержанием рук на поясе (за спиной, на голове, в стороны)</p> <p>Движения руками при ходьбе: взмахи, вращения, отведение рук назад, в стороны, подъем вверх</p> <p><i>Подводящие упражнения:</i> При ходьбе руки двигаются поочередно в направлении вперед-назад синхронно движениям ног.</p> <p><i>Основные движения:</i> уделять внимание принятию исходных положений, применять различные ориентиры.</p>
21	Ходьба и бег	1	23.11	<p>Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Повороты на месте в разные стороны. ОРУ с предметами.</p> <p>Ходьба в умеренном (медленном, быстром) темпе</p> <p>Ходьба с изменением темпа (направления движения) Бег в умеренном (медленном, быстром) темпе. Бег с изменением темпа, направления движения. Ходьба ровным шагом, на носках, пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полу приседе, приседе.</p> <p>Бег в умеренном темпе. Бег с изменением темпа и направления движения.</p>
22	Ходьба и бег	1	27.11	<p>Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Построение в колонну</p>

				<p>по одному, в одну шеренгу, перестроение из шеренги в круг. ОРУ с предметами.</p> <p>Движения руками при ходьбе: взмахи, вращения, отведение рук назад, в стороны. Ходьба в умеренном темпе. Ходьба с изменением темпа, направления движения. Бег в умеренном (медленном, быстром) темпе. Бег с изменением темпа, направления движения.</p> <p>Преодоление препятствий при ходьбе (беге)</p>
23	Ходьба и бег	1	30.11	<p>Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Построение в колонну по одному, в одну шеренгу, перестроение из шеренги в круг. ОРУ с предметами.</p> <p>Движения руками при ходьбе: взмахи, вращения, отведение рук назад, в стороны. Ходьба в умеренном темпе. Ходьба с изменением темпа, направления движения. Бег в умеренном (медленном, быстром) темпе. Бег с изменением темпа, направления движения.</p> <p>Преодоление препятствий при ходьбе (беге)</p>
24	Ходьба и бег	1	04.12	<p>Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Построение в колонну по одному, в одну шеренгу, перестроение из шеренги в круг. ОРУ с предметами.</p> <p>Движения руками при ходьбе: взмахи, вращения, отведение рук назад, в стороны. Ходьба в умеренном темпе. Ходьба с изменением темпа, направления движения. Бег в умеренном (медленном, быстром) темпе. Бег с изменением темпа, направления движения.</p> <p>Преодоление препятствий при ходьбе (беге)</p>
25	Прыжки	1	07.12	<p>Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Построение в колонну, шеренгу. Размыкание и смыкание в колонне, шеренге. ОРУ с предметами</p> <p>Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед (назад, вправо, влево). Перепрыгивание с одной ноги на другую на месте, с продвижением вперед.</p> <p><i>Подводящие упражнения:</i> произвольные прыжки</p> <p><i>Основные движения:</i> прыжки на одной, двух ногах на месте и с продвижением.</p>
26	Прыжки	1	11.12	<p>Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Построение в колонну, шеренгу. Размыкание и смыкание в колонне, шеренге. ОРУ с предметами</p>

				<p>Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед (назад, вправо, влево). Перепрыгивание с одной ноги на другую на месте, с продвижением вперед.</p> <p><i>Подводящие упражнения:</i> произвольные прыжки</p> <p><i>Основные движения:</i> прыжки на одной, двух ногах на месте и с продвижением.</p>
27	Прыжки	1	14.12	<p>Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Построение в колонну, шеренгу. Размыкание и смыкание в колонне, шеренге. ОРУ с предметами</p> <p>Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед (назад, вправо, влево). Перепрыгивание с одной ноги на другую на месте, с продвижением вперед.</p> <p><i>Подводящие упражнения:</i> произвольные прыжки</p> <p><i>Основные движения:</i> прыжки на одной, двух ногах на месте и с продвижением.</p>
28	Прыжки.	1	18.12	<p>Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Построение в шеренгу. Размыкание и смыкание в шеренге. ОРУ с предметами.</p> <p>Прыжки в длину с места, с разбега. Прыжки на двух ногах на месте с продвижением (вперед, назад, вправо, влево).</p> <p><i>Подводящие упражнения:</i> произвольные прыжки</p> <p>Прыжки с мягким приземлением</p> <p><i>Основные движения:</i> прыжки на одной, двух ногах на месте и с продвижением.</p>
29	Прыжки.	1	21.12	<p>Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Построение в шеренгу. Размыкание и смыкание в шеренге. ОРУ с предметами.</p> <p>Прыжки в длину с места, с разбега. Прыжки на двух ногах на месте с продвижением (вперед, назад, вправо, влево).</p> <p><i>Подводящие упражнения:</i> произвольные прыжки</p> <p>Прыжки с мягким приземлением</p> <p><i>Основные движения:</i> прыжки на одной, двух ногах на месте и с продвижением.</p>
30	Прыжки.	1	25.12	<p>Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Построение в шеренгу. Размыкание и смыкание в шеренге. ОРУ с предметами.</p> <p>Прыжки в длину с места, с разбега. Прыжки на двух ногах на месте с продвижением (вперед, назад, вправо, влево).</p> <p><i>Подводящие упражнения:</i> произвольные прыжки</p> <p>Прыжки с мягким приземлением</p>

				Основные движения: прыжки на одной, двух ногах на месте и с продвижением.
31	Ползание, подлезание	1	28.12	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Ползание на животе, на четвереньках Подлезание под препятствия на животе, на четвереньках Перелезание через препятствия Построение в колонну, шеренгу. Размыкание и смыкание в колонне, шеренге. ОРУ. <i>Подводящие упражнения:</i> произвольное ползание. <i>Основные движения:</i> согласованная работа движений рук и ног
32	Ползание, подлезание	1	11.01	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Ползание на животе, на четвереньках Подлезание под препятствия на животе, на четвереньках Перелезание через препятствия Построение в колонну, шеренгу. Размыкание и смыкание в колонне, шеренге. ОРУ. <i>Подводящие упражнения:</i> произвольное ползание. <i>Основные движения:</i> согласованная работа движений рук и ног
33	Ползание, подлезание	1	15.01	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Ползание на животе, на четвереньках Подлезание под препятствия на животе, на четвереньках Перелезание через препятствия Построение в колонну, шеренгу. Размыкание и смыкание в колонне, шеренге. ОРУ. <i>Подводящие упражнения:</i> произвольное ползание. <i>Основные движения:</i> согласованная работа движений рук и ног
34	Ползание, подлезание	1	18.01	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Размыкание и смыкание в колонне, шеренге. ОРУ. Подлезание под препятствия на животе, на четвереньках Построение в колонну, шеренгу. <i>Подводящие упражнения:</i> произвольное ползание. <i>Основные движения:</i> согласованная работа движений рук и ног
35	Ползание, подлезание	1	22.01	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Размыкание и смыкание в колонне, шеренге. ОРУ. Подлезание под препятствия на животе, на четвереньках Построение в колонну, шеренгу.

				<p><i>Подводящие упражнения:</i> произвольное ползание. <i>Основные движения:</i> согласованная работа движений рук и ног</p>
36	Ползание, подлезание	1	25.01	<p>Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Размыкание и смыкание в колонне, шеренге. ОРУ. Подлезание под препятствия на животе, на четвереньках Построение в колонну, шеренгу. <i>Подводящие упражнения:</i> произвольное ползание. <i>Основные движения:</i> согласованная работа движений рук и ног</p>
37	Передача предметов	1	29.01	<p>Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Построение в колонну, шеренгу. ОРУ с палками. Передача предметов в шеренге (по кругу, в колонне) Броски среднего (маленького) мяча двумя руками (одной рукой) вверх (о пол, о стену) <i>Подводящие упражнения:</i> согласованная работа движений рук и ног <i>Основные движения:</i> Выполнение основных движений руками, ногами, туловищем с удерживанием мяча. <i>Подводящие упражнения:</i> Правильный захват малого мяча. <i>Основные движения:</i> передаче мяча, палки;</p>
38	Передача предметов	1	01.02	<p>Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Построение в колонну, шеренгу. ОРУ с палками. Передача предметов в шеренге (по кругу, в колонне) Броски среднего (маленького) мяча двумя руками (одной рукой) вверх (о пол, о стену) <i>Подводящие упражнения:</i> согласованная работа движений рук и ног <i>Основные движения:</i> Выполнение основных движений руками, ногами, туловищем с удерживанием мяча. <i>Подводящие упражнения:</i> Правильный захват малого мяча. <i>Основные движения:</i> передаче мяча, палки;</p>
39	Передача предметов	1	05.02	<p>Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Построение в колонну, шеренгу. ОРУ с палками. Передача предметов в шеренге (по кругу, в колонне) Броски среднего (маленького) мяча двумя руками (одной рукой) вверх (о пол, о стену) <i>Подводящие упражнения:</i> согласованная работа движений рук и ног</p>

				<p><i>Основные движения:</i> Выполнение основных движений руками, ногами, туловищем с удерживанием мяча. <i>Подводящие упражнения:</i> Правильный захват малого мяча. <i>Основные движения:</i> передаче мяча, палки;</p>
40	Передача предметов	1	08.02	<p>Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Построение в колонну, шеренгу. ОРУ с мячами. Передача предметов в шеренге (по кругу, в колонне). Броски среднего (маленького) мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку). Бросание мяча на дальность. Броски (ловля) мяча в ходьбе (беге). Выполнение основных движений руками, ногами, туловищем с удерживанием мяча. Метание в цель. <i>Подводящие упражнения:</i> Правильный захват малого мяча. <i>Основные движения:</i> учить передаче предметов снизу, сверху, с боку, между ног.</p>
41	Передача предметов	1	12.02	<p>Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Построение в колонну, шеренгу. ОРУ с мячами. Передача предметов в шеренге (по кругу, в колонне). Броски среднего (маленького) мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку). Бросание мяча на дальность. Броски (ловля) мяча в ходьбе (беге). Выполнение основных движений руками, ногами, туловищем с удерживанием мяча. Метание в цель. <i>Подводящие упражнения:</i> Правильный захват малого мяча. <i>Основные движения:</i> учить передаче предметов снизу, сверху, с боку, между ног.</p>
42	Передача предметов	1	15.02	<p>Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Построение в колонну, шеренгу. ОРУ с мячами. Передача предметов в шеренге (по кругу, в колонне). Броски среднего (маленького) мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку). Бросание мяча на дальность. Броски (ловля) мяча в ходьбе (беге). Выполнение основных движений руками, ногами, туловищем с удерживанием мяча. Метание в цель. <i>Подводящие упражнения:</i> Правильный захват малого мяча. <i>Основные движения:</i> учить передаче предметов снизу, сверху, с боку, между ног.</p>
43	Передача предметов	1	19.02	<p>Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Построение в шеренгу.</p>

				<p>Размыкание и смыкание в шеренге. ОРУ с предметами. Ловля среднего (маленького) мяча двумя руками Броски мяча на дальность Построение в колонну, шеренгу. ОРУ с палками <i>Подводящие упражнения:</i> Правильный захват малого, среднего мяча. <i>Основные движения:</i> Правильный захват различных по величине и форме предметов одной и двумя руками</p>
44	Передача предметов	1	22.02	<p>Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Построение в шеренгу. Размыкание и смыкание в шеренге. ОРУ с предметами. Ловля среднего (маленького) мяча двумя руками Броски мяча на дальность Построение в колонну, шеренгу. ОРУ с палками <i>Подводящие упражнения:</i> Правильный захват малого, среднего мяча. <i>Основные движения:</i> Правильный захват различных по величине и форме предметов одной и двумя руками</p>
II. Коррекционные подвижные игры		24		
45	Подвижные игры с бегом	1	26.02	<p>Сообщение сведений о подвижных играх и взаимодействии игроков. Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Практическое знакомство с правилами игр. Игра "Быстро шагай"," Божья коровка". Соблюдать последовательность действий в игре</p>
46	Подвижные игры с бегом	1	29.02	<p>Сообщение сведений о подвижных играх и взаимодействии игроков. Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Практическое знакомство с правилами игр. Игра "Быстро шагай"," Божья коровка". Соблюдать последовательность действий в игре</p>
47	Подвижные игры с бегом	1	04.03	<p>Сообщение сведений о подвижных играх и взаимодействии игроков. Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Практическое знакомство с правилами игр. Игра "Быстро шагай"," Божья коровка". Соблюдать последовательность действий в игре</p>
48	Подвижные игры с прыжками	1	07.03	<p>Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Развития скоростно-силовых способностей «Тройной прыжок». «Ручей». Игра «Перепрыгни</p>

				веревку».
49	Подвижные игры с прыжками	1	11.03	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Развития скоростно-силовых способностей «Тройной прыжок». «Ручей». Игра «Перепрыгни веревку».
50	Подвижные игры с прыжками	1	14.03	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Развития скоростно-силовых способностей «Тройной прыжок». «Ручей». Игра «Перепрыгни веревку»
51	Подвижные игры с мячом	1	18.03	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Практическое знакомство с правилами игр. Игра «Охотники и утки». Соблюдение правил игры. Развития скоростно-силовых способностей. Развитие тактильной чувствительности игра «Узнай друга».
52	Подвижные игры с мячом	1	21.03	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Практическое знакомство с правилами игр. Игра «Охотники и утки». Соблюдение правил игры. Развития скоростно-силовых способностей. Развитие тактильной чувствительности игра «Узнай друга».
53	Подвижные игры с мячом	1	01.04	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Практическое знакомство с правилами игр. Игра «Охотники и утки». Соблюдение правил игры. Развития скоростно-силовых способностей. Развитие тактильной чувствительности игра «Узнай друга».
54	Подвижные игры с бегом	1	04.04	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Практическое знакомство с правилами игр. Игры: Ловишки. Жмурки. Развития скоростно-силовых способностей
55	Подвижные игры с бегом	1	08.04	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Практическое знакомство с правилами игр. Игры: Ловишки. Жмурки. Развития скоростно-силовых способностей
56	Подвижные игры с бегом	1	11.04	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Практическое знакомство с правилами игр. Игры: Ловишки. Жмурки. Развития скоростно-силовых способностей
57	Подвижные игры и игровые упражнения на укрепление осанки и стопы	1	15.04	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Практическое знакомство с правилами игр. Игра «Не зевай» Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти игра «Говорящий мяч". Развития скоростно-силовых способностей.

58	Подвижные игры и игровые упражнения на укрепление осанки и стопы	1	18.04	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Практическое знакомство с правилами игр. Игра «Не зевай» Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти игра «Говорящий мяч». Развития скоростно-силовых способностей.
59	Подвижные игры и игровые упражнения на укрепление осанки и стопы.	1	22.04	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Практическое знакомство с правилами игр. Игра «Не зевай» Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти игра «Говорящий мяч». Развития скоростно-силовых способностей.
60	Подвижные игры на тренировку равновесия и вестибулярного аппарата.	1	25.04	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Практическое знакомство с правилами игры: «Качалочка», «Стойкий оловянный солдатик» развитие умения сохранять равновесие, формирование правильной осанки, укрепление связочно-мышечного аппарата туловища и конечностей; улучшение функции вестибулярного аппарата, укрепление связочно-мышечного аппарата туловища и конечностей.
61	Подвижные игры на тренировку равновесия и вестибулярного аппарата	1	02.05	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Практическое знакомство с правилами игры: «Качалочка», «Стойкий оловянный солдатик» развитие умения сохранять равновесие, формирование правильной осанки, укрепление связочно-мышечного аппарата туловища и конечностей; улучшение функции вестибулярного аппарата, укрепление связочно-мышечного аппарата туловища и конечностей.
62	Подвижные игры на тренировку равновесия и вестибулярного аппарата	1	06.05	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Практическое знакомство с правилами игры: «Качалочка», «Стойкий оловянный солдатик» развитие умения сохранять равновесие, формирование правильной осанки, укрепление связочно-мышечного аппарата туловища и конечностей; улучшение функции вестибулярного аппарата, укрепление связочно-мышечного аппарата туловища и конечностей.
63	Подвижные игры на укрепление мышечного корсета	1	13.05	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Практическое знакомство с правилами игр. Игры «Покачай малышку», «Танец медвежат», «Птица». Укрепление мышечного корсета позвоночника, мышц тазового пояса; укрепление мышц нижних конечностей и мышечного корсета позвоночника; развитие координации и быстроты движений в крупных и

				мелких мышечных группах, укрепление мышечного корсета позвоночника.
64	Подвижные игры на укрепление мышечного корсета	1	16.05	Общеразвивающие и корригирующие упражнения Практическое знакомство с правилами игр. Игры «Покачай малышку», «Танец медвежат», «Птица». Укрепление мышечного корсета позвоночника, мышц тазового пояса; укрепление мышц нижних конечностей и мышечного корсета позвоночника; развитие координации и быстроты движений в крупных и мелких мышечных группах, укрепление мышечного корсета позвоночника.
65	Подвижные игры на укрепление мышечного корсета	1	19.05	Общеразвивающие и корригирующие упражнения Практическое знакомство с правилами игр. Игры «Покачай малышку», «Танец медвежат», «Птица». Укрепление мышечного корсета позвоночника, мышц тазового пояса; укрепление мышц нижних конечностей и мышечного корсета позвоночника; развитие координации и быстроты движений в крупных и мелких мышечных группах, укрепление мышечного корсета позвоночника.
66	Подвижные игры на развитие мелкой моторики рук и координации	1	20.05	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Практическое знакомство с правилами игр. Упражнение с теннисным мячом; Упражнения с короткой скакалкой. Линейные эстафеты с мячами
67	Подвижные игры на развитие мелкой моторики рук и координации	1	23.05	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Практическое знакомство с правилами игр. Упражнение с теннисным мячом; Упражнения с короткой скакалкой. Линейные эстафеты с мячами
68	Подвижные игры на развитие мелкой моторики рук и координации	1	27.05	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Практическое знакомство с правилами игр. Упражнение с теннисным мячом; Упражнения с короткой скакалкой. Линейные эстафеты с мячами