

**ПРИНЯТО**

Педагогическим Советом  
Протокол № 2 от 27.08.2020 г.



**УТВЕРЖДАЮ**

Директор

Ткачев Е.А.

Приказ № 142 от 27.08.2020 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
по учебному предмету

**АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

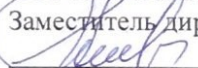
Для 9 ОР класса (ПНИ 1)

на 2020-2021 учебный год

Составитель:  
учитель

 В.А. Сергеев

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора по УВР  
 С.В. Мальшакова

Санкт-Петербург

2020г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Рабочая программа по предмету " Альтернативное чтение " для 9 ОР (ПНИ 1) класса разработана на основе:

Адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2) ГБОУ школа № 69 Курортного района Санкт-Петербурга .

Программы «Образование учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью» /под редакцией Н.Б.Баряевой, Н.Н.Яковлевой, 2011, допущенной к использованию в образовательных учреждениях Научно-методическим экспертным советом Санкт-Петербургской академии постдипломного педагогического образования 19.09.2012 года. Рабочая программа в соответствии с учебным планом ОУ на 2020-2021 учебный год рассчитана на 102 часа (исходя из 34 учебных недель для 9 класса) с учетом возможности осуществления образовательной деятельности с использованием электронного обучения и дистанционных технологий.

В классе 5 обучающихся. Все учащиеся испытывают значительные трудности в усвоении учебного материала. У учащихся также отмечается скованность, неполный объём движений, нарушение их произвольности, недоразвитие мелкой моторики и зрительно-двигательной координации. На уроках ученики быстро устают, отличаются пониженной работоспособностью. Все психические процессы развиты слабо. Внимание произвольное, крайне рассеянное, неустойчивое. Нарушена как логическая, так и механическая память.

Физическое воспитание отличается от других видов воспитания тем, что в его основе лежит обучение упорядоченным двигательным действиям, развитие физических способностей и формирование связанных с ними знаний. Специфичность понятия «адаптивная физическая культура» выражается в дополняющем определении «адаптивная», что подчеркивает ее предназначение для людей с отклонениями в состоянии здоровья, включая школьников с выраженным недоразвитием интеллекта. Это предполагает, что физическая культура во всех ее проявлениях должна стимулировать позитивные реакции в системах и функциях организма, формируя тем самым необходимые двигательные координации, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма учащегося. В соответствии с этим целью обучения данному предмету является освоение учащимся системы двигательных координаций, физических качеств и способностей, направленных на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование его организма. Обучение организуется с учетом климатических и сезонных изменений в природе. На уроках формируются элементарные двигательные функции, выполняемые совместно с учителем, по подражанию его действиям, по образцу, а также первичные

элементарные представления о здоровье и здоровом образе жизни, о безопасности движений во время занятий физической культурой и т. п.

В основу обучения положена система простейших физических упражнений, направленных на коррекцию дефектов физического развития и моторики, укрепление здоровья, выработку жизненно необходимых двигательных умений и навыков у учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью. Необходимо отметить, что учащиеся этой категории имеют значительные отклонения в физическом и двигательном развитии. Это сказывается на содержании и методике уроков адаптивной физической культуры. Замедленность психических процессов, конкретность мышления, нарушения памяти и внимания обуславливают чрезвычайную медлительность образования у них двигательных навыков.

Настоящая программа составлена на основании программы образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью, под редакцией Л. Б. Баряевой. А также при составлении программы учитывается обобщение опыта работы с учащимися классов «особый ребенок».

### **Особенности развития обучающихся с тяжёлыми и множественными нарушениями развития.**

Тяжёлое и множественное нарушение согласно данным отечественных и зарубежных исследований является **специфически-целостным феноменом, характеризующим принципиально особую ситуацию развития.** Тяжёлое и множественное нарушение возникает вследствие органического поражения ЦНС в результате недоразвития или повреждения мозга преимущественно в раннем развитии. Поражение ЦНС при тяжёлом множественном нарушении носит сложный характер, при котором страдают: интеллект, речь и коммуникация, общая и мелкая моторика, поведение, сенсорная сфера.

Основным в клинической картине тяжёлого и множественного нарушения является умственная отсталость. Кроме того, в разных сочетаниях выявляются: двигательные нарушения (ДЦП разной формы и степени тяжести); тяжелые нарушения речи (несформированность языковых средств), нарушения функций анализаторных систем (зрения, слуха, тактильной чувствительности); повышенная судорожная готовность (эписиндром); расстройства эмоционально-волевой сферы (нарушения регуляции поведения и др.); аутистические расстройства (стереотипные действия, нарушение коммуникации, взаимодействия, социального поведения).

**Обучающиеся с тяжёлыми и множественными нарушениями развития требуют постоянной, интенсивной поддержки в более чем одной жизненно важной деятельности, для того, чтобы участвовать в интеграционных процессах своего сообщества и иметь возможность пользоваться всеми благами жизни, доступными другим людям.** Основным средством поддержки учеников с тяжёлыми и множественными нарушениями является специальная психолого-педагогическая

помощь в их развитии, которая осуществляется различными специалистами в тесном сотрудничестве с семьёй, воспитывающей ребёнка-инвалида.

Обучение строится с учётом специфики развития каждого ученика, а также в соответствии с типологическими особенностями развития детей с тяжёлыми и множественными нарушениями.

Некоторые специфические особенности развития учеников с данной категорией нарушений имеют общие черты, которые позволяют нам разделить учащихся на три группы. Опишем наиболее характерные особенности каждой группы учеников.

Ученики **первой группы** имеют тяжёлые опорно-двигательные нарушения неврологического генеза (сложные формы ДЦП, спастический тетрапарез, гиперкинез и т.д.) и, как следствие, полная или почти полная зависимость от посторонней помощи в передвижении, самообслуживании и предметной деятельности. Большинство детей этой группы не могут самостоятельно удерживать своё тело в сидячем положении. Спастичность конечностей часто осложнена гиперкинезами. Процесс общения затруднен в связи с не сформированностью языковых средств и рече моторных функций порождения экспрессивной речи. Интеллектуальное развитие детей первой группы различно. Степень умственной отсталости колеблется от умеренной до глубокой. Дети данной группы с менее выраженным интеллектуальным недоразвитием имеют предпосылки для формирования представлений, умений и навыков, значимых для социальной адаптации детей. Так, у большинства детей проявляется интерес к общению и взаимодействию, что позволяет обучать детей пользоваться невербальными средствами коммуникации (жесты, мимика, графические изображения и др.); наличие отдельных двигательных действий (захват, удержание предмета, контролируемые движения шеи и др.), создаёт предпосылки для обучения детей выполнению доступных операций самообслуживания и предметно-практической деятельности.

Особенности развития учеников **второй группы** вызваны нарушениями их эмоционально-волевой сферы и проявляются в расторможенности, «полево́м» поведении, стереотипиях, трудностях коммуникации и социального взаимодействия. Контакт с окружающими отсутствует или возникает в форме физического обращения к взрослым обычно в ситуациях, когда ребёнку требуется помощь в удовлетворении потребности. Ученики данной группы не выражают интерес к деятельности других и не проявляют ответные реакции на попытки учителя организовать взаимодействие с окружающими. Ученики часто не выполняют просьбы или инструкции взрослого, на запрет реагируют агрессией и само агрессией, бросанием предметов и другими деструктивными действиями. Такая же реакция наблюдается при скученности людей, в шуме. Моторные функции рук не нарушены, однако, предметные действия формируются тяжело в связи со слабой мотивационно-потребностной стороной деятельности. Аутистические черты часто затрудняют установление степени нарушения интеллектуального развития детей второй группы. Особенности эмоционально-волевого развития детей второй группы, их аутистические черты поведения обуславливали трудности обучения этих детей в условиях группы. Такие особенности учеников второй группы требуют организации с ними индивидуальной

педагогической работы с целью их последующей адаптации к обучению в условиях группы.

Ученики **третьей группы** могут иметь нарушения общей моторики, но передвигаются самостоятельно, в отличие от учеников первой группы. Их моторная недостаточность проявляется в замедленном темпе, несформированной координации и неточности движений. У некоторых детей наблюдается стереотипия, нежелание контактировать с окружающими и другие аутистические черты, свойственные в более выраженной степени учеников второй группы. Большинство детей третьей группы имеют сформированные элементарные навыки общения. Среди диагнозов учеников третьей группы – умственная отсталость от легкой до глубокой степени. По сравнению с детьми первой и второй групп у детей третьей обычно проявляются более развитые коммуникативные функции, желание общаться. Ученики данной группы, владеющие вербальной речью, могут обратиться и выразить свою потребность, выполнить простую просьбу, сообщить о выполненном задании, ответить на вопросы взрослого на уровне слова, словосочетания или нераспространенного предложения. Некоторые дети данной группы не владеют вербальной речью, но могут вступать в контакт и осуществлять элементарное общение при помощи естественных жестов, вокализации и отдельных слогов. Ученики третьей группы могут выполнить отдельные операции предметных действий. Однако, качественные показатели деятельности: слабая мотивация, кратковременность концентрации внимания, непоследовательность выполняемых операций препятствуют выполнению действия целиком. В отличие от учеников второй группы большинство учеников третьей могут короткое время осуществлять совместную деятельность с другими, что служит предпосылкой для их обучения в группе. В целом у учеников третьей группы наблюдается более высокий (по сравнению с первой и второй группами) уровень развития социально значимых представлений, умений и навыков.

Многочисленными исследованиями установлено, что умственно отсталый обучающийся в физическом развитии значительно уступает нормально развивающемуся сверстнику. У таких учеников замедленно формируются координация движений, их точность, равновесие, двигательные умения и навыки, а также быстрота, ловкость, выносливость, прыгучесть и другие качества. У умственно отсталых наблюдаются различные нарушения развития, которые необходимо учитывать в построении занятий по физическому воспитанию. Встречаются ученики с явными параличами или парезами отдельных мышечных групп, со стертыми двигательными нарушениями.

*Учитывая вышесказанное, под физическим развитием учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью следует понимать даже элементарные сдвиги и изменения в двигательной деятельности, которые происходят в результате формирования элементарных двигательных представлений и связанных с ними логических операций.*

**Цели :**

- Создать комфортные коррекционно-развивающие условия для школьников, способствующие коррекции и развитию познавательных процессов и личностных особенностей учащихся.

- Способствовать общему сенсорному развитию высших психических функций, формированию положительной мотивации к учению, речевой активности у школьников в условиях совместной учебно-игровой деятельности.
- Создать атмосферу принятия и взаимопонимания в классном коллективе.

### **Задачи:**

В ходе обучения учебному предмету «Адаптивная физическая культура» должны решаться следующие основные задачи:

- Создание условий для всестороннего гармонического развития и социализации учащихся;
- Создание условий для формирования необходимых в разнообразной двигательной деятельности знаний, умений, навыков и воспитание сознательного отношения к их использованию;
- Создание условий для совершенствования двигательных, интеллектуальных, волевых и эмоциональных навыков;
- Создание условий для воспитания нравственных качеств, приучения к дисциплинированности, организованности, ответственности, элементарной самостоятельности.

### **Основные педагогические требования, соответствующие формированию личности учащегося с выраженным недоразвитием интеллекта на уроке адаптивной физической культуры:**

- учет индивидуальных особенностей каждого ученика (морфофункциональное развитие, состояние сохраненных 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;
- эмоциональность занятий (музыка, игровые методы, нетрадиционное оборудование и пр.);
- создание условий для реального выполнения заданий, оказание помощи, обеспечение безопасности;
- поощрение, одобрение, похвала за малейшие успехи;

- контроль за динамикой результатов учебно-познавательного процесса и функциональным состоянием занимающихся.

#### **К психологическим требованиям относятся:**

- создание комфортного психологического климата на уроках по предмету «Адаптивная физическая культура» (позитивный настрой, положительная мотивация, поддержание эмоций и ощущений радости, бодрости, оптимизма, комфорта), влияющего на проявление и развитие своего «Я»;

- сплоченность группы (постановка общей цели, объединение общими интересами, взаимопомощь, взаимопонимание, симпатия, эмпат, ролевые функции);

- стиль общения (равный статус, доброжелательность, доверие, авторитет и личный пример учителя, его открытость, выраженное внимание к каждому ученику);

- примирительные акты в случае конфликтов (исключение ощущений дискомфорта, неуверенности, агрессии, враждебности, гнева, которые могут наступить вследствие неустойчивого психического самочувствия, перенапряжения, боли, неудачи, вербальных или невербальных разногласий, эмоционального неудовлетворения, отсутствия внимания и др.), концентрация внимания учащихся на положительном, позитивном, переориентировка внимания на само регуляцию, самоконтроль, установление равновесия между внешними влияниями, внутренним состоянием и формами поведения.

Следует понимать, что адаптивное физическое воспитание, продолжаясь в течение длительного периода жизни, не только оказывает разностороннее влияние на организм учащихся-инвалидов, но и формирует новое осознание собственного «Я», понимание необходимости самовоспитания, которое выступает как средство саморазвития природных свойств, компенсации двигательной недостаточности, укрепления здоровья, телесных сил, расширения психомоторных возможностей для нормальной жизнедеятельности.

Наряду с конкретными задачами, значимыми для коррекционно-образовательной области «Физическая культура», в ходе реализации задач учебного предмета «Адаптивная физическая культура» в «Программе» рассматривается и более широкая задача — социализация учащихся. Игровой метод представляется наиболее целесообразным для процесса социализации учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью на уроках по предмету "Адаптивная физическая культура». Целенаправленно подобранные подвижные игры, эстафеты, игровые задания развивают мелкую моторику, координацию движений, точность и другие физические и интеллектуальные способности учащихся.

Именно для этой категории учащихся наиболее значимо, чтобы в процессе реализации задач предмета «Адаптивная физическая культура» обучение было тесно связано с решением задач нравственного, умственного, речевого, трудового, эстетического и физического воспитания. Из этого следует, что их решение нельзя рассматривать в отрыве от решения задач целостного развития учащегося с умеренной и тяжелой умственной отсталостью.

Биологический возраст ребенка с нарушениями в развитии, как правило, отстает от паспортного. Уровень его психических и физических способностей сугубо индивидуален, как индивидуальные и сензитивные зоны. Важно их не пропустить, на них ориентироваться и максимально использовать для развития и личностного роста учащегося.

Эффективность управления процессом совершенствования двигательных возможностей детей и подростков с нарушениями в развитии будет выше, если педагогическое воздействие будет осуществляться с учетом физических и психических особенностей того или иного периода индивидуального развития. Подбор упражнений в «Программе» позволяет воздействовать не только на весь организм, но и на определенные группы мышц.

### **В процессе обучения адаптивной физической культуре учащихся:**

- знакомят, а затем уточняют и закрепляют с ними понятийный аппарат (название движений, действий);
- учат последовательности движений без предметов, с предметами (мячами, гимнастическими палками и т. п.), а также правилам безопасности при этом;
- учат адекватно вести себя во время занятий физическими упражнениями с элементами спортивных;
- учат осваивать модели невербального и вербального общения, необходимые в подвижных и спортивных играх и других ситуациях, возникающих во время уроков.

**Учитывая нарушения сердечнососудистой и дыхательной систем, грубую эндокринную патологию, диспластичность развития учащихся, учитель должен быть особенно осторожным, подбирая физические упражнения, определяя их дозировку и темп выполнения. Это требование относится как к отдельным заданиям, так и ко всему уроку в целом.**

Каждый урок должен планироваться в соответствии с основными дидактическими требованиями: постепенное повышение нагрузки и переход в конце урока к успокоительным упражнениям; чередование различных видов упражнений, подбор упражнений, соответствующих возможностям учащихся.

В процессе физического воспитания решаются конкретные задачи обучения детей и подростков:

- Создание условий для подготовки к уроку физкультуры;
- Создание условий для обучения правильному построению и знанию своего места в строю;
- Создание условий для обучения правильному передвижению из класса на урок физкультуры;
- Создание условий для обучения ориентировке в зале по конкретным ориентирам (вход, стены, потолок, пол, углы);



- Создание условий для обучения простейшим исходным положениям при выполнении общеразвивающих упражнений и движения в различных пространственных направлениях (вперед, назад, в сторону, вверх, вниз);
- Создание условий для обучения овладению приемами правильного дыхания (по показу учителя);
- Создание условий для обучения выполнению простейших заданий по словесной инструкции учителя;
- Создание условий для обучения выполнению ходьбы и бега в строю, в колонне по одному;
- Создание условий для обучения овладению навыками координации толчка двумя ногами в различных видах прыжков и умению мягко приземляться в прыжках;
- Создание условий для формирования умений прыгать (толчок одной ногой и приземление на две ноги);
- Создание условий для овладения навыками правильного захвата различных предметов, передачи и переноски их;
- Создание условий для формирования умений метать, бросать и ловить мяч;
- Создание условий для формирования умений ходить в заданном ритме под хлопки, счет, музыку;
- Создание условий для формирования умений выполнять простейшие упражнения в определенном ритме;
- Создание условий для формирования умений сохранять равновесие в процессе движения по гимнастической скамейке и сенсорным тропам и дорожкам;
- Создание условий для формирования умений преодолевать различные препятствия;
- Создание условий для обучения переноске различных грузов и коллективным действиям при переноске тяжелых вещей;
- Создание условий для формирования целенаправленных действий под руководством учителя в подвижных играх.

Обучение предмету «Адаптивная физическая культура» тесно связано с решением задач нравственного, умственного, речевого, трудового, эстетического и физического воспитания учащихся.

### **ПРЕДПОЛАГАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ УРОВНЯ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ ПО ДАННОМУ ПРЕДМЕТУ.**

**Предполагается то, что учащиеся будут знать:**

1. Как должен одеваться ученик на занятия физкультурой;
2. Название предметов одежды;

3. Что значит « шеренга», « колонна», « круг»;
4. Правила поведения в спортивном зале;
5. Что такое ходьба, бег, прыжки, метание;
6. Правила поведения во время подвижных игр;

**Предполагается то, что учащиеся будут уметь:**

1. Выполнять команду « Становись!»;
2. Строиться в шеренгу, в колонну;
3. Держать мячи, обручи;
4. Выполнять инструкции и команды учителя;
5. Ходить в колонне по одному, строиться в одну шеренгу, ходить по гимнастической скамейке, выполнять ОРУ;
6. Чередовать ходьбу с бегом;
7. Подпрыгивать на одной и двух ногах;
8. Метать мячи одной рукой с места;
9. Мягко приземляться при прыжках;
10. Целенаправленно действовать в подвижных играх под руководством учителя;

### **ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ.**

Флажки.

Дорожка-змейка из каната

Дорожки с различным покрытием (нашитые пуговицы, гладкая поверхность, меховая поверхность и др.).

Коляски с ручьятками.

Массажные кольца, валики, мячи

Маты напольные.

Мячи разного размера и цвета (большие, средние и маленькие, легкие и тяжелые, в том числе набивные (сенсорные) трех размеров).

Обручи разных цветов и размеров.

Многофункциональные тренажеры.

Шведская стенка.

Лавочки.

Набор для игры в « Бочче».

Мягкие крупные модули.

Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» состоит из следующих разделов:

№	Тема	Кол-во часов
1.	Ознакомительно-ориентировочные действия в предметно-развивающей среде.	8 ч.
2.	Построение и перестроение	15 ч.
3.	Ходьба и упражнения в равновесии	15 ч.
4.	Бег	13 ч.
5.	Прыжки	12 ч.
6.	Катание, бросание, ловля округлых предметов.	8 ч.
7.	Ползание и лазание	12 ч.
8.	Игры на улице	10 ч.
9.	Подготовка к спортивным играм	7 ч.
	ИТОГО	102 ч.

### **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.**

1. Аксенова О. Э. Адаптивная физическая культура в школе. Начальная школа/ О. Э. Аксенова, С. П. Евсеев// Под общей редакцией С. П. Евсеева, СПб ГАФК им. П. Ф. Лесгафта. СПб., 2003.
2. Андрющенко Н. В.Монтессори-педагогика и Монтессори-терапия. — СПб.: Речь, 2010.
3. Баряева Л.Б. Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью.Спб ЦДК. 2011.
4. Баряева Л. Б., Гаврилушкина О. П., Зарин А., Соколова Н. Д. Программа воспитания и обучения дошкольников с интеллектуальной недостаточностью. — СПб.: КАРО, 2007.

5. Горская и. Ю. Координационные способности школьников с нарушением интеллекта. Учебное пособие / И. Ю. Горская, Т. В. Синельникова.- Омск, Сиб ГАФК, 1999
6. Григорьев Д. В. Совершенствование двигательных способностей школьников в условиях общеобразовательной школы. — СПб.: Наука-Питер, 2005.
7. Дмитриев А. А. Физическая культура в специальном образовании: Учебное пособие для студ. Высш. Пед. Учеб. Заведений/ А. А. Дмитриев.- М.: Академия, 2002
8. Евсеев С.ТТ., Шапкова Л. В. Адаптивная физическая культура. — М.: Советский спорт, 2000.
9. Забрамная С. Д., Исаева Т. Н. Психолого-педагогическая дифференциация детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. — 2009. — № 1. — С. 49-53.
10. Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями развития/ Под общей редакцией проф. Л. В. Шапковой, М.: Советский спорт, 2002
11. Музыкальная гимнастика для пальчиков / Сост. М. Ковалевская, худ. А. Веселов. — СПб.: Союз художников, 2007.
12. Потапчук А. А. Фитбол- гимнастика в дошкольном возрасте: Учебное пособие / А. А. Потапчик, Г. Г. Лукина- СПб.: СПб ГАФК им. П. ФЙ. Лесгафта, 1999
13. Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта: Программно-методические материалы / Под ред. И. М. Бгажноковой. — М.: ВЛАДОС, 2010.
14. Основные направления и содержание обучения детей и подростком с особыми образовательными потребностями в ЛПЦ г. Пскова / Под ред. С. В. Андреевой. — Псков, 2000.

## Календарно-тематическое планирование

№	Тема урока	Дата
1.	Знакомство учащихся с оборудованием для уроков физкультуры. Правила поведения в спортивном зале	
2.	Знакомство и совместный выбор спортивного оборудования для занятий.	
3.	Знакомство с физкультурным залом. Совместное рассматривание с учителем оборудования спортивного зала	
4.	Совместные с каждым учащимся игры с мячом.	
5.	Демонстрация того, что можно делать с физкультурными снарядами.	
6.	Упражнение в построении парами.	
7.	Упражнение в построении по одному в ряд.	
8.	Упражнение в построении в колонну друг за другом.	
9.	Упражнение в построении в круг.	
10.	Ходьба стайкой за учителем.	
11.	Ходьба стайкой за учителем, держась за руки.	
12.	Ходьба в заданном направлении (к игрушке).	
13.	Ходьба между предметами.	
14.	Бег вслед за учителем.	
15.	Бег по сигналу вслед за направляющим.	
16.	Бег в направлении к учителю.	
17.	Бег в разных направлениях.	
18.	Выполнение подскоков на месте совместно с учителем, держась за руки.	
19.	Выполнение подскоков на двух ногах на месте самостоятельно по сигналу.	
20.	Подскоки на мячах – фитболах.	
21.	Учить прокатывать мяч двумя руками учителю.	
22.	Прокатывание мяча под дугу.	
23.	Прокатывание мяча между предметами.	
24.	Ловля мяча, брошенного учителем	
25.	Бросание мяча друг другу	
26.	Ползание на животе по прямой.	
27.	Ползание на четвереньках в заданном направлении.	
28.	Ползание по прямой линии по указанному жесту учителя в заданном направлении	
29.	Повторение знаний об оборудовании спортивного зала и материалов для уроков физкультуры. Правила поведения в спортивном зале.	
30.	Организация учителем взаимодействия учащихся с оборудованием для физкультурных занятий.	
31.	Организация пассивного участия учащихся в	

	спортивных праздниках и рекреативных играх.	
32.	Совершенствование построения в ряд	
33.	Совершенствование построения парами	
34.	Совершенствование построения в колонну друг за другом	
35.	Ходьба по дорожке в заданном направлении	
36.	Ходьба с предметом в руке	
37.	Упражнение в перешагивании через незначительные препятствия	
38.	Упражнение в беге в заданном направлении с игрушкой в руках	
39.	Бег за учителем с ленточкой в руках	
40.	Бег по сигналу в рассыпную	
41.	Выполнение подскоков на месте совместно с учителем, держась за одну руку.	
42.	Подскоки на мячах-прыгунах	
43.	Прыжки на мягком модуле	
44.	Учить прокатывать мяч двумя руками друг другу.	
45.	Прокатывание цилиндров из полуфункциональных наборов «Собери пирамидку».	
46.	Игровые упражнения с теннисными мячами	
47.	Упражнение в пролезании на четвереньках под дугой.	
48.	Пролезание в воротца, составленные из мягких модулей.	
49.	Упражнения и игры в на матах	
50.	Упражнение в построения в ряд по сигналу	
51.	Упражнение в построения парами по сигналу	
52.	Совершенствование построения в колонну друг за другом	
53.	Совершенствование построения в шеренгу по сигналу	
54.	Закрепление умения ходить стайкой за учителем.	
55.	Ходьба по сенсорной тропе.	
56.	Ходьба по коврику «ГОФР»	
57.	Обучение вслед за учителем переходить от ходьбы к бегу.	
58.	Закрепление умения бегать вслед за учителем по сигналу	
59.	Закрепление бегать по сигналу в заданном направлении к игрушке.	
60.	Обучение бегу в медленном и быстром темпе.	
61.	Самостоятельное выполнение подскоков на ногах попеременно	
62.	Прыжки, слегка продвигаясь вперед.	
63.	Выполнение подскоков на двух ногах с продвижением до отмеченной черты вперед.	

64.	Упражнение на равновесие на одной ноге	
65.	Прыжки на одной ноге	
66.	Закрепление умения ползать на животе по прямой.	
67.	Обучение ползать на животе и на четвереньках по прямой по словесной инструкции.	
68.	Обучение пролезанию на четвереньках под дугой, рейкой.	
69.	Коррекционные подвижные игры: « Стой прямо»	
70.	Игры с элементами общеразвивающих упражнений: « Мы солдаты»	
71.	Игры с бегом: « Веселая эстафета».	
72.	Игры с прыжками: « Мячик кверху».	
73.	Игры с метанием, ловлей: « Метко в цель».	
74.	Правила поведения при проведении физкультурных занятий на улице. Форма одежды в зимний период времени для занятий физкультурой.	
75.	Построение с санками в шеренгу.	
76.	Катание на санках друг за другом.	
77.	Катание друг друга на санках.	
78.	Катание на санках- ледянках с небольшой горки.	
79.	Катание на санках по двое.	
80.	Обучение простейшим перестроениям из колонны в шеренгу	
81.	Обучение простейшим перестроениям из колонны по одному в колонну по два.	
82.	Обучение простейшим перестроениям из колонны по два в колонну по одному.	
83.	Обучение простейшим перестроениям из шеренги в колонну.	
84.	Ходьба по дорожкам из ковровина	
85.	Ходьба по кругу, взявшись за руки	
86.	Перешагивание через незначительные препятствия.	
87.	Формирование умения двигаться под музыку с прихлопыванием.	
88.	Бег в заданном направлении с предметом в руках	
89.	Бег в медленном темпе по сигналу в заданном направлении	
90.	Бег в быстром темпе по сигналу в заданном направлении.	
91.	Выполнение подскоков на двух ногах с продвижением вперед.	
92.	Подпрыгивание на надувном мяче - фитболе.	
93.	Лазание на гимнастическую стенку на три ступеньки с поддержкой учителя	
94.	Упражнение в лазании по лестнице- стремянке.	
95.	Вис на гимнастической стенке	

96.	ОР упражнения на гимнастической стенке	
97.	Коррекционные подвижные игры: « По канату»	
98.	Игры с элементами общеразвивающих упражнений:« Слушай сигнал»	
99.	Подвижная игра « Метко в цель».	
100.	Подвижная игра « Кого назвали, тот и ловит».	
101.	Подвижная игра « Мыши и кот».	
102.	Подвижная игра « Догони мяч».	