государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области
«Красноуфимская школа, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы»

РАССМОТРЕНА
и рекомендована к утверждению
на заседании Педагогического совета
от «21» августа 2024г.
протокол №1

УТВЕРЖДЕНА:
Приказом ГБОУ СО
«Красноуфимская школа»
от «25» августа 2024 г. №115/1-од

Рабочая программа
для обучающихся 2 класса
АООП УО (ИН) (2 вариант)
предметная область: **Физическая культура**
учебный предмет: **Адаптивная физкультура**

на 2024-2025 учебный год

Составитель: Якимов В.С., учитель ВКК

г. Красноуфимск
2024г.

Данная рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2).

Одним из важнейших направлений работы с ребенком, имеющим умственную отсталость, ТМНР, является физическое развитие, которое происходит на занятиях по адаптивной физической культуре.

Целью занятий по адаптивной физической культуре 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.

Место учебного предмета в учебном плане.

В учебном плане предмет представлен с 1 по 13 год обучения. Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» входит в обязательную часть учебного план, образовательная область «Физическая культура».

Во 2 классе предусмотрено 2 часа в неделю, 68 часов в год

Деление обучающихся на группы

По решению ППк обучающиеся 2 класса по уровню самостоятельности при выполнении учебных заданий, понимания инструкций, по характеру овладения учебными действиями по учебному предмету «Математическое представление» условно разделены на 2 группы:

1 группа: Анастасия А., Крючков А.

2 группа: Дьяков С., Паршаков К.

1 группа:

Уровень обучения средний. Учебная мотивация сформирована недостаточно. Манипуляция с предметами целенаправленные, игровая деятельность сформирована.

Уровень развития высших психических процессов низкий. Запоминание механическое. Причинно-следственные связи устанавливают в элементарных вариантах, обобщающие понятия не доступны, анализом и синтезом не владеют.

Темп усвоения учебного материала низкий.

Внимание во время занятий неустойчивое, высокая отвлекаемость.

Запас понятий и представлений о математических представлениях резко ограничен.

2 группа:

Уровень психического и познавательного развития не соответствует возрасту. Работоспособность резко снижена. Интерес к заданиям поверхностный. Низкий уровень развития произвольности познавательных процессов. Подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели, следовать установленному плану не может. В игре участвуют редко, безынициативны.

Восприятие на слух информации затруднено, понимают простую словесную инструкцию. Требуется повторение, упрощение или зрительная опора, указывающие жесты. Обработка информации требует больше времени. Отмечается узость зрительного восприятия.

Внимание крайне неустойчивое, высокая отвлекаемость, наблюдается избирательность. Внимание привлекается на непродолжительное время. Переключение с одного вида деятельности на другой затруднено.

Операции анализа и синтеза недоступны. Классификации, обобщения производит на ситуативном уровне. Смысловые связи не устанавливает. Установить изменения в наблюдаемых объектах не может, замечает только очевидное и элементарное.

Не удерживает цель в предлагаемых заданиях. Необходимы все виды помощи (стимулирующая, организующая, направляющая, объясняющая).

Круг представлений об окружающем мире резко ограничен. Имеет элементарные знания о себе и своей семье; явлениях и объектах природы.

Классно – урочная форма обучения предполагает работу над одной темой для двух групп. Однако, целеполагание для каждой группы свое.

Планируемые результаты освоения программы

Личностные (возможные) результаты	
1 группа	**2 группа**
• Осознает и сообщает элементарные сведения о своей жизни. • Осознает и сообщает о том, что может, а что ему пока не удается. • Проявляет желание оказывать помощь. • Использует элементарные формы речевого этикета (спасибо, пожалуйста, до свидания). • Участвует в коллективных играх и делах; • Проявляет инициативу вступать в диалог (выразить свои желания, просьбу о помощи, предложение о помощи).	• Приобретает основы персональной идентичности, осознание себя как «Я»; • Обращение за помощью при помощи жестов (звуков) и принятие помощи педагога, одноклассников. • Использует при помощи жестов (звуков) элементарные формы речевого этикета (спасибо, пожалуйста, до свидания).

Предметные(ожидаемые) результаты	
1 группа	**2 группа**
• Ходит в колонне по одному: следует за впереди идущим ребенком • Бег в колонне по одному: следует за впереди идущим ребенком • Поворачивает туловище в И.П. стоя: вправо, влево	• Ходит в колонне по одному: следует за впереди идущим ребенком • Бег в колонне по одному: следует за впереди идущим ребенком • Поворачивает туловище в И.П. стоя: вправо, влево • Наклоняет туловище в И.П. стоя: вперед • Прыжки вперёд, назад

• Наклоняет туловище в И.П. стоя: вперед, назад • Выполняет общефизические упражнения по показу учителя • Бросает средний мяч двумя руками • Ловит средний мяч двумя руками • Прыжки вперёд, назад, в сторону	

Базовые учебные действия	
1 группа	**2 группа**
• входить и выходить из учебного помещения со звонком; • ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения); • передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения; • направленность взгляда (на говорящего взрослого, на задание); • выполнять простые инструкции педагога; • использовать по назначению учебный материал; • выполнять действия по образцу и по подражанию.	• входить и выходить из учебного помещения со звонком; • ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения); • передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения; • направленность взгляда (на говорящего взрослого, на задание); • выполнять простые инструкции педагога; • использовать по назначению учебный материал; • выполнять действия по образцу и по подражанию.

Содержание учебного предмета «Адаптивная физическая культура»

Программа по адаптивной физической культуре в ФАООП включает 6 разделов: «Плавание», «Коррекционные подвижные игры», «Велосипедная подготовка», «Лыжная подготовка», «Физическая подготовка», «Туризм».

Материально-техническая база образовательного учреждения, а также физическое, соматическое и психическое развитие обучающихся не позволяют включить все разделы, входящие в ФАООП.

Программа по адаптивной физической культуре в образовательном учреждении включает 2 разделов: «Коррекционные подвижные игры», «Физическая подготовка».

Раздел «Коррекционные подвижные игры» включает элементы спортивных игр и спортивных упражнений, подвижные игры. Основными задачами являются формирование умения взаимодействовать в процессе игры, соблюдать правила игры.

Раздел «Физическая подготовка» включает построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения.

Наименование раздела	**Направления работы**	**Виды деятельности**	
		1 группа	**2 группа**
Формы работы: индивидуальная, групповая			
Физическая подготовка	Беседа о технике безопасности на уроках АФК. Построение и перестроение. Упражнения для формирования правильной осанки. Построение перестроение. Построение в колонну по одному, равнение в затылок. Упражнения для формирования правильной осанки П/И. Ознакомление с построением с организованным построением в шеренгу	Выполнение правил техники безопасности. Повтор упражнений по показу и словесной инструкции. Ходят парами по кругу, взявшись за руки под контролем учителя. Осваивают и выполняют ходьбу в умеренном темпе. Выполняют 3-4 упражнения комплекса. Участвуют в	Повтор упражнений по показу и словесной инструкции. Осваивают и выполняют ходьбу в умеренном темпе. Участвуют в подвижной игре по показу и направляющей помощи учителя. Выполняют игровые задания (с помощью учителя). Выполняют ходьбу на носках.

	по сигналу учителя. Ознакомление с построением и передвижением парами. Повторение подвижной игры элементами общеразвивающих упражнений. Ознакомление с ходьбой в различном темпе. Выполнение комплекса утренней гимнастики. Ознакомление с подвижной игрой с бегом Освоение разновидностей ходьбы. Построение перестроение. Освоение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. Выполнение упражнений на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища. Коррекционная игра на развитие точности движений. Дыхательные упражнения. Игра малой подвижности. парами, равнение в затылок. Ходьба и бег. Основные положения и движения головы, Наклоны головы с произнесением звуков «да, да, да);«ай-ай-ай»; «нет, нет» движения кисти рук.(сгибание пальцев в кулак и разгибание. Сведение и разведение пальцев. Сгибание и разгибание кисти. Основные положения и движения рук: вперед, в стороны, вверх, вниз, на пояс, к плечам, хлопки вверху, внизу, сгибание и разгибание в локтевых суставах. Подвижная игра «У медведя во бору.	подвижной игре по показу и инструкции учителя. Выполняют игровые задания (с помощью учителя). Выполняют ходьбу на носках. Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений. Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют основные положения и движения рук, ног, головы, туловища с наибольшим количеством раз. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя. Выполнение подражательных действий лазание по наклонной скамейке. Выполнение подражательных действий лазание, переползание, пролезание. Выполнение подражательных действий ходьбы по линии. Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег. Подражательные действия по построению и перестроению в колонне.	Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 1 группы. Выполняют основные положения и движения рук, ног, головы, туловища с наименьшим количеством раз. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя. Выполнение подражательных действий лазание по наклонной скамейке. Выполнение подражательных действий лазание, переползание, пролезание. Выполнение подражательных действий ходьбы по линии. Подражательные действия ходьба на носках и пятках, обычный бег.

	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Лазание вверх и вниз по гимнастической стенке с помощью учителя приставными шагами под контролем учителя. Переползание на четвереньках в медленном темпе по коридору15-25см. Перелезание через препятствие высотой до 70см. пролезание через обруч, стоявший вертикально. Перешагивание через гимнастическую палку. П/И Переползание на четвереньках в медленном темпе по коридору15-25см. Перелезание через препятствие высотой до 70см. пролезание через обруч, стоявший вертикально. Перешагивание через гимнастическую палку. П/И Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением в перед. ОРУ. Подвижная игра «Два мороза». Развитие координации движений	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	
Коррекционные подвижные игры	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ.Эстафеты с мячами. Игры с метанием, передачей и ловлей мяча: Метко в цель, Мяч соседу Развитие координационных способностей. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег, бег с ускорением. Подвижная игра «Два мороза», «У ребят порядок строгий». «Стань правильно»	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег. Выполняют бег под контролем учителя. Выполняют 3-5 упражнений. Участвуют в игре по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя). Выполнение ходьбы со сменой положения рук. Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег. Выполняют бег под контролем учителя. Выполняют 1-2 упражнения. Участвуют в игре со всеми видами помощи учителя. Выполнение ходьбы со сменой положения рук. Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп.. Выполнение правильного захвата предметов, свободное перемещение

	Выполнение ходьбы со сменой положения рук. Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп. Повторение речитативов игры. Выполнение правильного захвата предметов, свободное перемещение. Повторение размещения «врассыпную». Повторение правил игры. Удержание равновесия при движении, правильное передвижение по канату. Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игры с метанием, передачей и ловлей мяча: Метко в цель, Мяч соседу Развитие координационных способностей	и стоп. Повторение речитативов игры. Выполнение правильного захвата предметов, свободное перемещение	

Календарно-тематическое планирование

№	Наименование раздела программы и тем занятий	Количество часов дата	Элементы содержания занятия	Возможные предметные результаты
Физическая подготовка.				

1.	Правила поведения в спортивном зале и на уроках АФК	1	Беседа о технике безопасности на уроках АФК. Построение и перестроение. Упражнения для формирования правильной осанки.	Выполнение правил техники безопасности, Повтор упражнений по показу и словесной инструкции.
2.	Принятие исходного положения для построения и перестроения: Основная стойка	1	Построение перестроение. Построение в колонну по одному, равнение в затылок. Упражнения для формирования правильной осанки.П/И.	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне.
3.	Принятие исходного положения для построения и перестроения: стойка «ноги на ширине плеч» («ноги на ширине ступни»)	1	Построение перестроение. Построение в колонну по одному, равнение в затылок. Упражнения для формирования правильной осанки.П/И.	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне.
4.	Принятие исходного положения для построения и перестроения: стойка «ноги на ширине ступни»	1	Построение перестроение. Построение в колонну по одному, равнение в затылок. Упражнения для формирования правильной осанки.П/И.	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне.
5.	Ходьба в колонне по одному за учителем	1	Построение в колонну по одному, равнение в затылок. Ходьба в колонне по одному за учителем	Подражание действиям по образцу
6.	Ходьба парами по кругу, взявшись за руки	1	Ознакомление с построением с организованным построением в шеренгу по сигналу учителя. Ознакомление с построением и передвижением парами. Повторение подвижной игры элементами общеразвивающих упражнений	Ходят парами по кругу, взявшись за руки под контролем учителя
7.	Ходьба в медленном и быстром темпе	1	Ознакомление с ходьбой в различном темпе. Выполнение комплекса утренней гимнастики. Ознакомление с подвижной игрой с бегом	Осваивают и выполняют ходьбу в умеренном темпе. Выполняют 3-4 упражнения комплекса. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя

8.	Ходьба по прямой линии на носках и пятках	1	Освоение разновидностей ходьбы.	Выполняют игровые задания (с помощью учителя). Выполняют ходьбу на носках. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя
9.	Бег в медленном темпе, чередующийся с ходьбой	1	Построение перестроение. Освоение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. Выполнение упражнений на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища. Коррекционная игра на развитие точности движений. Дыхательные упражнения. Игра малой подвижности	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений. Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем
10	Бег с сохранением правильной осанки	1	Беседа о правильной осанке. Освоение бега с сохранением правильной осанки. Выполнение общеразвивающих упражнений с малыми мячами. Подвижная игра с бегом	Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют основные положения и движения рук, ног, головы, туловища с наименьшим количеством раз. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя
11	Упражнения для формирования правильной осанки	1	Построение перестроение. Построение в колонну по одному, равнение в затылок. Упражнения для формирования правильной осанки. П/И.	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне.
12	Дыхательные упражнения	1	Построение перестроение. Построение в колонну по одному парами, равнение в затылок. Ходьба и бег. Дыхательные упражнения. Игра малой подвижности	Выполнение подражательных действий, повторение дыхательных упражнений по показу.

13	Основные положения и движения (по подражанию)	1	Построение в колонну по одному, парами, равнение в затылок. Ходьба и бег. Основные положения и движения головы, Наклоны головы с произнесением звуков «да, да, да);«ай-ай-ай»; «нет, нет» движения кисти рук.(сгибание пальцев в кулак и разгибание. Сведение и разведение пальцев. Сгибание и разгибание кисти.	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне, сгибание разгибание кисти
14	Основные положения	1	Основные положения и движения рук: вперед, в стороны, вверх, вниз, на пояс, к плечам, хлопки вверху, внизу, сгибание и разгибание в локтевых суставах. Подвижная игра «У медведя во бору	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне.
15	Упражнения для формирования правильной осанки	1	Построение перестроение. Построение в колонну по одному, равнение в затылок. Упражнения для формирования правильной осанки	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне.
16	Лазание по наклонной гимнастической скамейке	1	ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях. Игра «Иголочка и ниточка». Развитие координационных способностей	Выполнение подражательных действий лазание по наклонной скамейке.
17	Лазание и перелазание	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Лазание вверх и вниз по гимнастической стенке с помощью учителя приставными шагами под контролем учителя. Переползание на четвереньках в медленном темпе по коридору15-25см. Перелезание через препятствие высотой до 70см. пролезание через обруч стоявший вертикально. Перешагивание через гимнастическую палку. П/И	Выполнение подражательных действий лазание, переползание, пролезание

18	Ходьба по линии нарисованной на полу	1	Ходьба. Бег. Перестроение по звеньям, по заранее установленным местам. ОРУ с предметами. Ходьба по линии нарисованной на полу..	Выполнение подражательных действий ходьбы по линии.
19	Ходьба по гимнастической скамейке	1	Ходьба. Бег. Перестроение по звеньям, по заранее установленным местам. ОРУ с предметами. Ходьба по линии нарисованной на полу. Ходьба по гимнастической скамейке.	Выполнение подражательных действий ходьбы по линии.
20	Общеразвивающие и корригирующие упражнения	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Основные положения и движения головы, рук, туловища, ног, общеукрепляющие упр-я с предметами. Упр-я с обручами. П/И	Выполнение подражательных действий лазание, переползание, пролезание
21	Лазание по гимнастической скамейке вверх (вниз)	1	ОРУ в движении. Лазание по по гимнастической скамейке вверх (вниз) Игра «Иголочка и ниточка». Развитие координационных способностей.	Выполнение подражательных действий в лазании по гимнастической скамейке вверх (вниз)
22	Общеразвивающие и корригирующие упражнения	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Основные положения и движения головы, рук, туловища, ног, общеукрепляющие упр-я с предметами. Упр-я с обручами. П/И	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.

23	Упражнение на формирование правильной осанки	1	Упражнение на развитие мышц спины, брюшного пресса: в положении лежа, сидя, стоя.	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне.
24	Ходьба по линии нарисованной на полу и по гимнастической скамейке.	1	Ходьба. Бег. ОРУ с предметами. Ходьба по линии нарисованной на полу. Ходьба по гимнастической скамейке.	Выполнение подражательных действий ходьбы по линии.
25	Лазание и перелазание	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Лазание вверх и вниз по гимнастической стенке с помощью учителя приставными шагами под контролем учителя. Переползание на четвереньках в медленном темпе по коридору15-25см. Перелезание через препятствие высотой до 70см. пролезание через обруч стоявший вертикально. Перешагивание через гимнастическую палку. П/И	Выполнение подражательных действий лазание, переползание, пролезание
26	Построение в шеренгу	1	Построение в шеренгу. Разновидности ходьбы. Медленный бег. Упражнения на полу	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.
27	Общеразвивающие и корригирующие упражнения	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Основные положения и движения головы, рук, туловища, ног, общеукрепляющие упр-я с предметами. Упр-я с обручами. П/И	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.
28	Лазание и перелазание	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Лазание вверх и вниз по гимнастической стенке с помощью учителя приставными шагами под контролем учителя. Переползание на четвереньках в медленном темпе по коридору15-25см. Перелезание через препятствие высотой до 70см. пролезание через обруч, стоявший	Выполнение подражательных действий лазание, переползание, пролезание

			вертикально. Перешагивание через гимнастическую палку. П/И	
29	Общеразвивающие и корригирующие упражнения	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметов. Основные положения и движения головы, рук, туловища, ног, общеукрепляющие упр-я с предметами. Упр- с мячами. П/И	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.
30	Комплексное развитие физических качеств	1	Разновидности ходьбы. Бег с ускорением. Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Ходьба с высоким подниманием бедра. Подвижная игра «Вызов номера». Развитие физических качеств	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.
31	Прыжки разными способами	1	Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением в перед. ОРУ. Подвижная игра «Два мороза». Развитие координации движений	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.
Коррекционные подвижные игры				
32	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча	1	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ.Эстафеты с мячами. Игры с метанием, передачей и ловлей мяча: Метко в цель, Мяч соседу Развитие координационных способностей	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.
33	Игры на развитие внимания	1	Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег, бег с ускорением. Подвижная игра «Два мороза», «У ребят порядок строгий». «Стань правильно»	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.
34	Подвижная игра «Гуси-лебеди»	1	Выполнение бега по прямой в шеренге. Выполнение общеразвивающих упражнений. Закрепление слов и правил подвижный игры.	Выполняют бег под контролем учителя. Выполняют 3-5 упражнений. Участвуют в игре по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный

			Ориентирование в пространстве, свободное передвижение	показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)
35	Подвижная игра «У медведя во бору»	1	Выполнение ходьбы со сменой положения рук. Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп. Повторение речитативов игры. Выполнение правильного захвата предметов, свободное перемещение	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Участвуют в игре по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)
36	Подвижная игра «Канатоходец»	1	Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Повторение размещения «врассыпную». Повторение правил игры. Удержание равновесия при движении, правильное передвижение по канату	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Размещаются «врассыпную» с помощью учителя. Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)
37	Подвижная игра «Переправа»	1	Выполнение построений в шеренгу и колонну. Выполнение ходьбы по ориентирам, начерченным на полу. Передвижение прыжками на двух ногах на скорость. Подвижная игра	Выполняют упражнения для развития точности движений; выполняют упражнения для развития пространственно– временной дифференцировки по прямому указанию учителя. Участвуют в игре по инструкции учителя
38	Подвижная игра « Коршун и наседка»	1	Выполнение обыкновенной ходьбы в чередовании с ходьбой по линии, обозначенной на полу, сохраняя равновесие. Выполнение упражнений на осанку. Подвижная игра	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения. Выполняют 3-4 упражнения. Участвуют в игре по инструкции учителя

39	Подвижная игра «Стоп»	1	Выполнение бега по прямой в шеренге. Выполнение общеразвивающих упражнений. Быстрое реагирование на сигнал, взаимодействие с одноклассниками, свободное ориентирование в пространстве	Выполняют бег под контролем учителя. Выполняют 3-5 упражнений. Выполняют упражнения с мячом по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий и операций в последовательности их выполнения, под пооперационным (пошаговым) контролем учителя (при необходимости)
40	Подвижная игра «Ловушки»	1	Ходьба с хлопками. Выполнение упражнений с волейбольным мячом. Подвижная игра на взаимодействие в команде, нахождение себе пар	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют 3-4 упражнения с мячом. Участвуют в подвижной игре по показу учителя
41	Подвижная игра «Хитрая лиса»	1	Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений Разучивание слов речитатива. Быстрое реагирование на сигнал, быстрое преодоление отрезков на скорость в подвижной игре	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Выполняют построение в круг с помощью учителя. Выполняют коррегирующие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя. Участвуют в игре по инструкции учителя
42	Подвижная игра «Горелки»	1	Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Повторение размещения «врассыпную».	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Размещаются «врассыпную» с помощью учителя. Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)
Физическая подготовка				

43	Лазание и перелазание	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Лазание вверх и вниз по гимнастической стенке с помощью учителя приставными шагами под контролем учителя. Переползание на четвереньках в медленном темпе по коридору15-25см. Перелезание через препятствие высотой до 70см. пролезание через обруч стоявший вертикально. Перешагивание через гимнастическую палку. П/И	Выполнение подражательных действий лазание, переползание, пролезание
44	Упражнение на формирование правильной осанки	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Упражнение на развитие мышц спины, брюшного пресса: в положении лежа, сидя, стоя.	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне.
Коррекционные подвижные игры				
45	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча	1	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игры с метанием, передачей и ловлей мяча: Метко в цель, Мяч соседу Развитие координационных способностей	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.
46	Игры на развитие внимания	1	Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег, бег с ускорением. Подвижная игра «Два мороза», «У ребят порядок строгий». «Стань правильно»	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.
Физическая подготовка				
47	Общеразвивающие и корригирующие упражнения	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами Основные положения и движения головы, рук, туловища, ног, общеукрепляющие упр-я с	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.

			предметами. Упр-я с гимнастическими палками. П/И	
48	Упражнение на формирование правильной осанки	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Упражнение на развитие мышц спины, брюшного пресса: в положении лежа, сидя, стоя.	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне.
49	Лазание и перелезание	1	Ходьба.Бег. Перелезание через препятствие высотой до1м.Игры лазанием и перелезанием: «Поезд», «Альпинисты».	Выполнение подражательных действий лазание, переползание, пролезание
50	Лазание и перелазание. Дыхательные упражнения.	1	Ходьба.Бег ОРУ с предметами.Лазание вверх и вниз по гимнастической стенке с помощью учителя приставными шагами под контролем учителя. Переползание на четвереньках в медленном темпе по коридору15-25см. Перелезание через препятствие высотой до 70см. пролезание через обруч, стоявший вертикально. Перешагивание через гимнастическую палку. П/И	Выполнение подражательных действий лазание, переползание, пролезание
51	Общеразвивающие упражнения	1	Разновидности ходьбы. Бег с ускорением. Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Ходьба с высоким подниманием бедра. Подвижная игра «Вызов номера». Развитие физических качеств	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.
52	Координация движений	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением в перед. ОРУ. Подвижная игра «Два мороза». Развитие координации движений	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.

53	Правильный захват различных предметов	1	Выполнение обыкновенной ходьбы в чередовании с ходьбой по линии, обозначенной на полу, сохраняя равновесие. Выполнение упражнений на осанку. Ознакомление с правильным захватом различных предметов. Подвижная игра с бросанием и ловлей указанию учителя	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения. Выполняют захват и удержание различных предметов для выполнения метания после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий); бросают и ловят волейбольные мячи по прямому указанию учителя
54	Правильный захват различных предметов	1	Выполнение обыкновенной ходьбы в чередовании с ходьбой по линии, обозначенной на полу, сохраняя равновесие. Выполнение упражнений на осанку. Ознакомление с правильным захватом различных предметов. Подвижная игра с бросанием и ловлей	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения. Выполняют захват и удержание различных предметов для выполнения метания после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий); бросают и ловят волейбольные мячи по прямому указанию учителя
55	Прием и передача мяча в круге	1	Построение в круг. Выполнение упражнений для укрепления туловища. Передача и прием мяча в круге. Коррекционная игра	Выполняют бег в медленном темпе под контролем учителя. Принимают и передают мяч в круге, ориентируясь на образец выполнения учителем. Участвуют в коррекционной игре, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий
56	Произвольное метание малых мячей	1	Выполнение бега по прямой в шеренге. Выполнение общеразвивающих упражнений.	Выполняют бег под контролем учителя. Выполняют 3-5 упражнений. Выполняют

			Ознакомление с названием мяча для метания. Освоение правильного захвата и произвольного метания малого мяча. Игры с элементами общеразвивающих упражнений	различные виды метания малых мячей после инструкции и неоднократного показа учителя. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя
57	Произвольное метание больших мячей	1	Выполнение ходьбы с сохранением правильной осанки. Выполнение общеразвивающих и специальных упражнений на осанку. Выполняют различные виды метания больших мячей после Подвижная игра с бегом	Выполняют ходьбу под контролем учителя. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Выполняют различные виды метания больших мячей после пооперационного показа и контроля выполнения действий. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя
58	Броски и ловля волейбольных мячей	1	Ходьба с хлопками. Выполнение упражнений с волейбольным мячом. Подбрасывание мяча на разную высоту, выполнение ловли прямыми руками падающий мяч на уровне головы. Подвижная игра с прыжками	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют 3-4 упражнения с мячом. Бросают и ловят волейбольный мяч по прямому указанию учителя. Участвуют в подвижной игре по показу учителя
59	Метание колец на конус (кеглю)	1	Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Ознакомление с упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев. Ознакомление с размещением «врассыпную». Определение названия спортивного инвентаря. Принятие правильного исходного положения во время метания, правильное удержание кольца	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Размещаются «врассыпную» с помощью учителя. Метают кольца на конус (кеглю)после инструкции и неоднократного показа учителя

Коррекционные подвижные игры				
60	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игры с метанием, передачей и ловлей мяча: Метко в цель, Мяч соседу Развитие координационных способностей	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.
61	Игры на развитие внимания	1	Инструктаж по ТБ. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег, бег с ускорением. Подвижная игра «Два мороза», «У ребят порядок строгий». «Стань правильно»	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.
Физическая подготовка				
62	Развитие скоростно-силовых способностей	1	Упражнения на дыхание. ОРУ. «К своим флажкам» «Два мороза» Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.
63	Общеразвивающие и корригирующие упражнения	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами Основные положения и движения головы, рук, туловища, ног, общеукрепляющие упр-я с предметами. Упр-я с обручами. П/И	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.
Физическая подготовка				
64	Прыжки	1	Разновидности ходьбы. Обычный бег. Прыжки в длину с места в высоту (прыгнуть на гимнастический мат), в глубину прыжок с гимнастической скамейки).	Выполнение подражательных действий прыжки с места в высоту.

65	Метание теннисного мяча	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами Метание малого мяча в цель3-4метров.Броски малого мяча в стену. Подвижная игра «Два мороза». Развитие скоростно-силовых качеств.	Подражательные действия броски малого мяча в стену.
66	Ходьба и бег	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами Построение и перестроения, построение в колонну по одному с помощью учителя, построение в одну шеренгу в нарисованных кружках, ходьба по линии на носках и пятках, ходьба с различными положениями рук, Обычный бег. П/и «Пойдем на прогулку»	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.
67	Метание теннисного мяча	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами Метание малого мяча в цель3-4метров.Броски малого мяча в стену. Подвижная игра «Два мороза». Развитие скоростно-силовых качеств.	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, броски малого мяча в стену..
68	Ходьба и бег	1	Сочетание различных видов ходьбы. Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег в заданном коридоре. Бег 30м. ОРУ. П\И «Воробьи и вороны»	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.
Итого				**68 часов**

Материально-техническое оснащение учебного предмета включает: дидактический материал: изображения (картинки, фото, пиктограммы) спортивного, туристического инвентаря; альбомы с демонстрационным материалом в соответствии с темами занятий; спортивный инвентарь: маты, батуты, гимнастические мячи разного диаметра, гимнастические скамейки, гимнастические лестницы, обручи, кегли, мягкие модули различных форм, гимнастические

коврики, корзины, футбольные, волейбольные, баскетбольные мячи, бадминтон, лыжи, лыжные палки, лыжные костюмы и др.

Средства мониторинга и оценка динамики обучения предметы, задачи, содержание обучения, контроль результатов

Адаптивная физкультура		1 полугодие	2 полугодие
1	Ходит в колонне по одному: следует за впереди идущим ребенком		
2	Бег в колонне по одному: следует за впереди идущим ребенком		
3	Поворачивает туловище в И.П. стоя: вправо, влево		
4	Наклоняет туловище в И.П. стоя: вперед		
5	Бросает средний мяч двумя руками		
6	Ловит средний мяч двумя руками		

Условные показатели самостоятельности	
- действия выполняется взрослым (обучающийся пассивен)	**!**
Действие выполняется обучающимся	
- со значительной помощью взрослого	**ПП**
- с частичной помощью взрослого	**П**
-по последовательной инструкции (по изображению или вербально)	**И**
- по подражанию или образцу	**О**
- самостоятельно	**С**
-узнаёт объект	**У**
- не всегда узнаёт объект	**НВУ**
- не узнаёт объект	**НУ**

Реакция на воздействие	
- реакция отсутствует	РО
- негативная реакция	Н
- нейтральная реакция	НР
- положительная реакция	ПР

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 807600919533452876169953574994103051954810975 15

Владелец Янченко Оксана Александровна

Действителен С 07.04.2025 по 07.04.2026