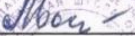


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Половинская средняя общеобразовательная школа

Директор:  Л.Б. Босколова/



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА «Двигательное развитие и ритмика»
для обучающихся с умеренной умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
(вариант 2)
1-4 класс

Разработали:

Педагог-психолог:

Борхонова Анна Петровна

Половинка, 2019

СОДЕРЖАНИЕ

1	Пояснительная записка	3
2	Общая характеристика коррекционного курса «Двигательное развитие и ритмика»	3
3	Описание места коррекционного курса «Двигательное развитие и ритмика» в учебном плане	5
4	Личностные и предметные результаты освоения коррекционного курса «Двигательное развитие и ритмика»	5
5	Содержание коррекционного курса «Двигательное развитие и ритмика»	11
6	Тематическое планирование с описанием основных видов учебной деятельности обучающихся	12
7	Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса	21

1. Пояснительная записка.

Программа составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), с тяжёлыми и множественными нарушениями развития (вариант 2) МБОУ Половинская СОШ.

1. Учебный план МБОУ Половинская СОШ.

Согласно исследованиям и выводам, большинство детей с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми множественными нарушениями развития, ограничены в движениях. Двигательные расстройства, обусловленные церебральным параличом, гипотонией и т. п., обычно приводят к проблемам выполнения самостоятельного передвижения. Грубые нарушения сенсорно-перцептивной сферы не позволяют воспринимать движущийся объект, а также пространственное положение собственного тела. Для таких детей важно подобрать мотивацию к движению, стимулировать их двигательную и познавательную активность, развивать коммуникативные способности. Для этой цели разработан данный курс.

Основные задачи реализации содержания:

- мотивация двигательной активности;
- поддержка и развитие имеющихся движений, расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений.
- обучение переходу из одной позы в другую;
- освоение новых способов передвижения (включая передвижение с помощью технических средств реабилитации);
- формирование функциональных двигательных навыков;
- развитие функции руки, в том числе мелкой моторики;
- формирование ориентировки в пространстве;
- обогащение сенсомоторного опыта.

2. Общая характеристика.

Программа разработана для коррекционно-развивающей работы с обучающимися со средней, тяжелой и глубокой умственной отсталостью и множественными нарушениями развития.

Блок предполагает три уровня сложности:

- Пропедевтический, основанный на программе «Двигательно-моторная стимуляция»
- Минимальный, включающий более сложные упражнения и задания
- Базовый, основанный на методах и подходах лечебной физкультуры.
- При работе используется индивидуальный подход на основе учета индивидуально-типологических особенностей детей (подростков) и целей профилактики вторичных нарушений.

Содержание блока обеспечивает развитие не только восприятия, двигательных компонентов познавательной деятельности, но и сенсомоторных интеллектуальных реакций, связанных с выделением существенного, с разделением действия на мелкие сенсомоторные навыки и отработкой их, с коррективкой поведения и действий на основе имеющегося сенсомоторного опыта.

Занятия включают общеразвивающие и корригирующие упражнения, проведение (по возможности) подвижных игр.

Среди корригирующих упражнений наибольшее значение имеют:

- дыхательные упражнения;
- упражнения на расслабление и нормализацию поз и положений головы и конечностей;
- упражнения для улучшения координации движений, функций равновесия, для коррекции прямохождения и ходьбы;
- практические и игровые упражнения на развитие чувства ритма и пространственной организации движений.

Педагогические ориентиры:

- стимулировать общее физическое развитие обучающихся, осуществлять коррекцию нарушенных двигательных функций в доступном для каждого ученика диапазоне;
- развивать элементарную зрительно-моторную координацию, жизненно важные функции обучающихся, стимулируя их потребность в доступной двигательной активности;
- развивать общую и тонкую моторику обучающегося — основу для формирования предпосылок предметно-практической деятельности;
- формировать у детей (подростков) элементарные ощущения собственного тела и его положения в пространстве;
- формировать совместное внимание как основу коммуникативных функций;
- обучать ползанию и сидению в соответствии с психофизическими возможностями обучающихся;
- обучать элементарным действиям, направленным на преодоление препятствий;
- учить брать предметы одной рукой/двумя руками;
- учить держать предметы, фиксировать их и действовать ими;

- учить брать предметы различным захватом, стимулировать прогресс: всей ладонью, плоским щипцовым захватом (большой палец противопоставлен ладони), пинцетным захватом (указательный и большой пальцы противопоставлены всей ладони), щипцовым захватом (большой и указательный пальцы согнуты и противопоставлены ладони): раскрытие ладони, противопоставление большого пальца, ладонный захват, захват щепотью, пинцетный захват.

3. Описание места учебного коррекционного курса «Двигательное развитие и ритмика» в учебном плане.

Часть учебного плана, формируемая участниками образовательных отношений, коррекционно-развивающие курсы:

в 1 - 4 классах обучение ведется по 2 часа в неделю, 33 учебные недели в 1 классе, 34 - 35 учебные недели во 2 – 4 классах, в год составляет 68 - 70 часов.

4. Личностные и предметные результаты освоения коррекционного курса «Двигательное развитие и ритмика».

Пропедевтический уровень.

Предназначен для детей, имеющих значительные проблемы с передвижением.

Программа блока «Двигательно-моторная стимуляция».

Стимуляция установочного контроля положения головы:

- повороты головы в разные стороны, лежа на животе;
- поднятие и удерживание головы под углом 45°, лежа на животе;
- поднятие и удерживание головы при присаживании;
- поднятие головы на 90°, лежа на животе с опорой на предплечья;
- удерживание головы сидя (при поддержке);

Стимуляция оптической реакции опоры рук и поворотов туловища:

- опора на вытянутые руки в положении лежа на животе, приподнимая туловище (с помощью и самостоятельно);
- поворачивание на пол-оборота в сторону, чтобы достать игрушку (с помощью и самостоятельно); переворачивание со спины на живот (с помощью и самостоятельно);
- поворачивание с живота на спину (с помощью и самостоятельно);
- переворачивание несколько раз подряд, лежа на горизонталь

Стимуляция захвата предмета и развития зрительно-моторной координации:

- удерживание вложенного в руку предмета (с помощью и самостоятельно);
- захват предмета самостоятельно (ладонью, щепотью, пинцетным захватом) и удерживание его непродолжительное время (с помощью и самостоятельно);
- захват предмета, правильно распределяя при этом пальцы (с помощью и самостоятельно);
- захват и удерживание предметов разной формы (с помощью и самостоятельно);
- дотягивание до предмета, находящегося над рукой, под рукой, и его захват (с помощью и самостоятельно);
- дотягивание до предмета вертикально вверх (левой и правой рукой, двумя руками) (с помощью и самостоятельно);
- дотягивание до предмета, находящегося перед учащимся, в положении лежа на животе (с помощью и самостоятельно);
- перекалывание предмета из одной руки в другую (с помощью и самостоятельно);
- произвольное отпускание предмета, вложенного в руку; манипулирование предметом (с помощью и самостоятельно):
бросание мелких предметов в сосуд (с помощью и самостоятельно).

Стимуляция ползания:

- ползание на животе вперед или назад с помощью взрослого (педагога, родителей и других взрослых);
- ползание на животе вперед или назад самостоятельно;
- вставание на четвереньки из положения лежа на животе, раскачивание с помощью взрослого;
- вставание на четвереньки из положения лежа на животе, самостоятельное раскачивание;
- вставание на четвереньки из положения лежа на животе, передвижение с помощью взрослого;
- вставание на четвереньки из положения лежа на животе, самостоятельное передвижение.

Стимуляция умения самостоятельно садиться и тренировка самостоятельного сидения:

- свободное переворачивание в положении лежа;
- вставание на четвереньки из положения лежа на животе, раскачивание с помощью взрослого;
- вставание на четвереньки из положения лежа на животе, самостоятельное раскачивание;
- вставание на четвереньки из положения лежа на животе, передвижение с помощью взрослого;

- вставание на четвереньки из положения лежа на животе, самостоятельное передвижение;
- попытка удержать равновесие при присаживании с поддержкой взрослого и сидеть непродолжительное время;
- попытка удержать равновесие при присаживании с опорой на обе руки и сидеть непродолжительное время;
- попытка удержать равновесие при присаживании с опорой на одну руку и сидеть непродолжительное время;
- попытка удержать равновесие при присаживании без опоры на руки и сидеть непродолжительное время;
- самостоятельно садиться и сидеть непродолжительное время;
- самостоятельно садиться из разных положений тела и сидеть продолжительное время.

Вставание и ходьба с поддержкой:

- подтягивание вверх, держась за руки взрослого (с помощью и самостоятельно);
- подтягивание вверх, держась за предметы мебели (с помощью и самостоятельно);
- хождение вдоль мебели (держась руками);
- передвижение в ходунках;
- хождение с использованием вспомогательных средств (гимнастическая палка, обруч, коляска и т. д.);
- свободное стояние (некоторое время);
- хождение с поддержкой взрослого (за две руки, за одну руку).

Для детей, которые учатся или уже научились ходить

Ходьба и упражнения в равновесии:

- ходьба с опорой на передвигающийся вперед утяжеленный стул, коляску с грузом;
- ходьба в ходунках с остановками, поворотами и выполнением дополнительных заданий (например, поймать мяч);
- самостоятельная ходьба (со страховкой и без нее) с остановками: шаг — остановка, приставить ногу — остановка и т. д.;
- ходьба в заданном направлении;
- ходьба в заданном направлении с различными предметам (игрушки, погремушки, ленточки и т. д.);
- ходьба по игровым дорожкам с различной текстурой;
ходьба по заданной траектории (круг и т. д.);
- ходьба с перешагиванием через незначительные препятствия;
- ходьба по ограниченной поверхности (с поддержкой и самостоятельно);
- ходьба с обходом препятствий;
- ходьба в соответствии с заданным ритмом;
- ходьба с чередованием ритма;

- ходьба приставным шагом;
- ходьба назад;
- ходьба со сменой направления;
- ходьба с остановками по сигналу;
- ходьба с соблюдением ритма под счет;
- ходьба с соблюдением ритма под музыку;
- ходьба по лестнице вверх и вниз приставным шагом;
- ходьба по лестнице вверх и вниз попеременным шагом;

Минимальный уровень.

Предназначен для детей, умеющих ходить, ползать, передвигаться по лестнице с некоторой помощью, но при этом испытывающих проблемы с координацией, переключением, точной имитацией движений.

Содержание занятий обеспечивает развитие не только восприятия, двигательных компонентов познавательной деятельности, но и сенсомоторных интеллектуальных реакций, связанных с выделением существенного, с разделением действия на мелкие сенсомоторные навыки и отработкой их, с корректировкой поведения и действий на основе имеющегося сенсомоторного опыта.

Ползание и лазание:

- ползание на животе по прямой линии по указательному
- ползание на животе и на четвереньках до определенной цели;
- проползание на четвереньках под препятствием (тоннель, дуга, рейка, ворота);
- ползание по шарикам в сухом бассейне.

Прыжки: прыжки на месте на двух ногах, держась за руки взрослого;

- прыжки на месте на двух ногах самостоятельно;
- прыжки на двух ногах с продвижением вперед при поддержке взрослых или самостоятельно;
- прыжки на одной ноге при поддержке взрослого;
- спрыгивание вниз с небольшой высоты, сохраняя равновесие, при поддержке или страховке со стороны взрослого;
- упражнения на фитболе;

Катание, бросание и ловля округлых предметов:

- прокатывание мяча двумя руками друг другу;
- прокатывание мяча под дуги, в ворота, между предметами;
- ловля мяча двумя руками с небольшого расстояния; ловля мяча двумя руками со значительного расстояния;
- подбрасывание мяча вверх;
- бросание мяча взрослому;
- бросание мяча в корзину;
- бросание мяча в цель; прокатывание цилиндров;
- прокатывание цилиндров до определенной цели.

Тонкая моторика:

- манипулирование предметами, прикосновение к предмету и удерживание его в течение короткого времени: пассивное движение руки в воде, горохе и т. д., положить объект в руку ребёнка и сомкнуть его пальцы вокруг предмета;
- перекладывание предмет из одной руки в другую;
- перекладывание предметов из одной емкости в другую;
- перекладывание/пересыпание мелких/сыпучих предметов рукой, ложкой;
- пересыпание из одной емкости в другую (песок, крупы);
- переливание воды из одной емкости в другую (с помощью воронки и без нее);
- бросание в сосуд мелких предметов;
- открывание/закрывание различных коробок, баночек;
- постройка башни из 2-3 и т. д. кубиков;
- нанизывание колец на стержень (вертикально/горизонтально);
- распаковывание мелких предметов;
- перелистывание страниц книги;
- штриховка (в совместной деятельности, по подражанию);
- выполнение элементарных построек из конструктора (в совместной деятельности, по подражанию);
- нанизывание бус на шнур;
- сгибание бумаги по заданным линиям;
- раскатывание пластилина, теста (прямыми, круговыми движениями);
- лепка из пластилина, теста (колбаска, шарик, блин и т. д.).

Занятия проводятся индивидуально или в малой группе. В случае необходимости, привлекается помощник.

В зависимости от содержания, занятия могут проводиться в помещении класса, специально оборудованном зале СИ, спортивном зале, темной или светлой сенсорной комнате. В случае надомного обучения подбираются предметы инвентаря и специальных средств, создаются специальные условия совместно с родителями.

Достаточный уровень блока.

Основные требования к знаниям, умениям и навыкам учащихся для перехода на достаточный уровень программы курса:

Учащиеся имеют достаточный уровень развития, чтобы понимать и выполнять:

- санитарно-гигиенические требования к поведению на занятии в спортивном зале;
- элементарные требования техники безопасности на уроке;
- название спортивного инвентаря, оборудования, название движений в инструкции педагога;
- практический материал, проведенный на уроках двигательного развития;
- комплексы упражнений для индивидуальных самостоятельных занятий, в том числе по зрительной поддержке.
-

Учащиеся должны уметь:

- строиться, выполнять команды по показу и словесной инструкции учителя;
- ходить, бегать в колонне по одному;
- выполнять задания по показу и словесной инструкции учителя, правильно принимать исходные положения для выполнения заданий;
- самостоятельно проводить элементарную разминку;
- сохранять систематически навык правильной осанки;
- сохранять систематически навык правильной ходьбы;
- сохранять систематически навык правильного дыхания.

5. Содержание коррекционного курса «Двигательное развитие и ритмика».

Основы знаний

В раздел программы «Основы знаний» вошли общие сведения теоретического характера, которые излагаются на доступном уровне во время урока. Детям дают знания об основах бережного отношения к своему здоровью и здоровью других людей, к своему телу, правила безопасного поведения при занятиях двигательной активностью.

Развитие координации и ловкости движений

Раздел программы «Развитие координации и ловкости движений» содержит специально подобранные физические упражнения, направленные на формирование точности и согласованности движений, на развитие координации и ловкости движений.

Коррекция и развитие пространственно-временной дифференцировки.

В данном разделе большое внимание уделяется развитию навыков пространственно-временной дифференцировки (ориентировка), использованию вербальных и невербальных средств общения. В процессе практической деятельности закрепляются понятия «быстро», «медленно», «близко-далеко», «успеть за отведенное время» и т.п.

Коррекция и развитие внимания

В данном разделе рекомендуются подвижные игры, игры с элементами спортивных игр и различные эстафеты на коррекцию и развитие внимания.

Развитие навыка расслабления мышц.

В данный раздел программы включены специально подобранные физические упражнения, с целью развития и приобретения навыка в расслаблении мышц.

Коррекция и развитие мелкой моторики.

В данный раздел программы вошли специально подобранные физические упражнения, направленные на формирование и развитие точности и согласованности движений пальцев и рук, развитие согласованности действий «глаз-рука» и т.п..

Коррекция и развитие правильного дыхания.

В данный раздел программы подобраны специальные физические упражнения, которые помогут учащимся научиться правильно дышать и умению согласовывать дыхание с выполнением физических упражнений (физической нагрузки).

6. Тематическое планирование.

Двигательное развитие 1 класс

№ п\п	Тема урока	Кол-во часов	Дата урока		Основные виды деятельности
			По плану	По факту	
1	Игра «Пузырь». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
2	Дыхательные упражнения.	1			Ходьба, бег.
3	Игра «Стоп, хоп, раз». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
4	Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки.	1			Бег, ходьба в различном темпе.
5	Игра «Болото». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
6	Дыхательные упражнения под хлопки. Под счет.	1			Бег, ходьба в различном темпе.
7	Игра «Полоса препятствий». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
8	Ходьба в заданном направлении, перешагивание через незначительные препятствия.	1			Ходьба.
9	Игра «Пятнашки». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
10	Ходьба приставным шагом.	1			Ходьба.
11	Игра «Рыбаки и рыбки». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
12	Дыхание при ходьбе, ходьба назад.	1			Ходьба, ОРУ
13	Игра «Собери пирамидку». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
14	Движение руками в исходных положениях.	1			Основные исходные положения.
15	Игра «Бросай - ка». Правила игры.	1			ОРУ, игра.

16	Движение предплечий и кистей рук.	1			Ходьба с различным положением рук.
17	Игра «Стоп, хоп, раз». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
18	Ползание на животе.	1			Бег, ходьба, ползание.
19	Игра «Болото». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
20	Ползание на четвереньках.	1			Бег, ходьба, ползание.
21	Игра «Полоса препятствий». Правила игры	1			ОРУ, игра.
22	Прыжки на месте на двух ногах самостоятельно.	1			Бег, ходьба, прыжки.
23	Игра «Пятнашки». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
24	Прыжки на двух ногах, с продвижением вперед.	1			Бег, ходьба, прыжки.
25	Игра «Рыбаки и рыбки». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
26	Прокатывание мяча двумя руками друг другу.	1			Упражнения с мячами.
27	Игра «Собери пирамидку». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
28	Ловля мяча двумя руками.	1			Упражнения с мячами.
29	Игра «Бросай - ка». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
30	Подбрасывание мяча вверх.	1			Упражнения с мячами.
31	Игра «Строим дом». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
32	Прокатывание мяча двумя руками друг другу.				Упражнения с мячами.
33	Игра «Рыбаки и рыбки». Правила игры.				ОРУ, игра.
34	Игра «Стоп, хоп, раз Правила игры.	1			ОРУ, игра.
35	Ходьба ровным шагом.	1			Ходьба с различным положением рук.
36	Игра «Болото». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
37	Ходьба по кругу, взявшись за руки.	1			Ходьба с различным положением рук.
38	Игра «Полоса препятствий». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
39	Ходьба на носках.	1			Ходьба с различным положением рук.
40	Игра «Пятнашки». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
41	Ходьба в медленном и быстром темпе	1			Ходьба в различном темпе.
42	Игра «Рыбаки и рыбки». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
43	Ходьба по линии.	1			Ходьба в различном темпе.
44	Игра «Собери пирамидку». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
45	Ходьба на носках.	1			Ходьба в различном темпе.
46	Игра «Бросай - ка». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
47	Захват предметов.	1			Упражнения с предметами.

48	Игра «Строим дом». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
49	Передача предметов.	1			Упражнения с предметами.
50	Игра «Быстрые санки». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
51	Бросание мячей.	1			Упражнения с мячами.
52	Игра «Пузырь». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
53	Перекачивание мячей.	1			Упражнения с мячами.
54	Игра «Стоп, хоп, раз». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
55	Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки.	1			Ходьба в различном темпе.
56	Игра «Болото». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
57	Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях.	1			Ходьба, бег, ОРУ.
58	Игра «Полоса препятствий». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
59	Дыхание при ходьбе.	1			Ходьба в различном темпе.
60	Игра «Пятнашки». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
61	Хлопки в ладоши с изменением темпа.	1			Упражнения на внимание.
62	Игра «Рыбаки и рыбки». Правила игры	1			ОРУ, игра.
63	Ходьба по кругу, взявшись за руки.	1			Ходьба в различном темпе.
64	Игра «Собери пирамидку». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
65	Ходьба в медленном и быстром темпе.	1			Ходьба в различном темпе.
66	Игра «Бросай - ка». Правила игры.	1			ОРУ, игра.

2 класс

№ п\п	Тема урока	Кол-во часов	Дата урока		Основные виды деятельности
			По плану	По факту	
1	Игра «Пузырь». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
2	Дыхательные упражнения.	1			Упражнения на дыхание.
3	Игра «Стоп, хоп, раз». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
4	Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки.	1			Упражнения на дыхание.
5	Игра «Болото». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
6	Дыхательные упражнения под хлопки. Под счет.	1			Упражнения на дыхание.
7	Игра «Полоса препятствий». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
8	Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях	1			Упражнения на дыхание.
9	Игра «Пятнашки». Правила игры.	1			ОРУ, игра.

10	Изменение длительности дыхания.	1		Упражнения на дыхание.
11	Игра «Рыбаки и рыбки». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
12	Дыхание при ходьбе.	1		Упражнения на дыхание.
13	Игра «Собери пирамидку». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
14	Движение руками в исходных положениях.	1		Упражнения с различным положением рук.
15	Игра «Бросай - ка». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
16	Движение предплечий и кистей рук.	1		Упражнения с различным положением рук.
17	Игра «Стоп, хоп, раз». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
18	Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа.	1		Упражнения с различным положением рук.
19	Игра «Болото». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
20	Хлопки в ладоши с изменением темпа.	1		Упражнения с различным положением рук.
21	Игра «Полоса препятствий». Правила игры	1		ОРУ, игра.
22	Наклоны головой.	1		Ходьба, бег, наклоны.
23	Игра «Пятнашки». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
24	Наклоны туловищем.	1		Ходьба, бег, наклоны.
25	Игра «Рыбаки и рыбки». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
26	Сгибание стопы.	1		Профилактика плоскостопия.
27	Игра «Собери пирамидку». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
28	Перекаты с носков на пятки.	1		Профилактика плоскостопия.
29	Игра «Бросай - ка». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
30	Приседания.	1		Профилактика плоскостопия.
31	Игра «Строим дом». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
32	Отстукивание и отхлопывание разного темпа.	1		Упражнения с различным положением рук.
33	Игра «Рыбаки и рыбки». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
34	Игра «Стоп, хоп, раз Правила игры.	1		ОРУ, игра.
35	Ходьба ровным шагом.	1		Ходьба в различном темпе.
36	Игра «Болото». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
37	Ходьба по кругу, взявшись за руки.	1		Ходьба с различным положением рук.
38	Игра «Полоса препятствий». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
39	Ходьба на носках.	1		Ходьба.

40	Игра «Пятнашки». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
41	Ходьба в медленном и быстром темпе	1			Ходьба в различном темпе.
42	Игра «Рыбаки и рыбки». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
43	Ходьба по линии.	1			Ходьба в различном темпе.
44	Игра «Собери пирамидку». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
45	Ходьба на носках.	1			Ходьба.
46	Игра «Бросай - ка». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
47	Захват предметов.	1			Упражнения с предметами.
48	Игра «Строим дом». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
49	Передача предметов.	1			Упражнения с предметами.
50	Игра «Быстрые санки». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
51	Бросание мячей.	1			Упражнения с мячами.
52	Игра «Пузырь». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
53	Перекачивание мячей.	1			Упражнения с мячами.
54	Игра «Стоп, хоп, раз». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
55	Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки.	1			Упражнения на дыхание.
56	Игра «Болото». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
57	Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях.	1			Упражнения на дыхание.
58	Игра «Полоса препятствий». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
59	Дыхание при ходьбе.	1			Упражнения на дыхание.
60	Игра «Пятнашки». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
61	Хлопки в ладоши с изменением темпа.	1			Упражнения на внимание.
62	Игра «Рыбаки и рыбки». Правила игры	1			ОРУ, игра.
63	Ходьба по кругу, взявшись за руки.	1			Ходьба.
64	Игра «Собери пирамидку». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
65	Ходьба в медленном и быстром темпе.	1			Ходьба в различном темпе.
66	Игра «Бросай - ка». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
67	Захват предметов.	1			Упражнения с предметами.
68	Игра «Строим дом». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
69	Передача предметов.	1			Упражнения с предметами.
70	Бросание мячей.	1			Упражнения с мячами.

3 класс

№	Тема урока	Кол-	Дата урока	Основные виды деятельности
---	------------	------	------------	----------------------------

п\п		во часов	По плану	По факту	
1	Игра «Пузырь». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
2	Построение в колонну, шеренгу по одному.	1			Построение, перестроение.
3	Игра «Стоп, хоп, раз». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
4	Ходьба в колонне по одному.	1			Ходьба, бег, ОРУ.
5	Игра «Болото». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
6	Бег в колонне по одному.	1			Бег в различном темпе.
7	Игра «Полоса препятствий». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
8	Исходные положения и движения.	1			Ходьба, бег, ОРУ.
9	Игра «Пятнашки». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
10	Самостоятельное выполнение разминки.	1			Ходьба, бег, ОРУ.
11	Игра «Рыбаки и рыбки». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
12	Упражнения на формирование правильной осанки.	1			Упражнения около стены.
13	Игра «Собери пирамидку». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
14	Дыхание при ходьбе. Упражнения.	1			Ходьба в различном темпе.
15	Игра «Бросай - ка». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
16	Движение руками в исходных положениях. Упражнения.	1			Ходьба, бег, ОРУ.
17	Движение руками в исходных положениях. Упражнения.	1			Ходьба, бег, ОРУ.
18	Игра «Стоп, хоп, раз». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
19	Ползание на животе, на четвереньках.	1			Ползание, переползание.
20	Игра «Болото». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
21	Прыжки на двух ногах, на одной ноге на месте и с продвижением вперед.	1			Ходьба, бег, ОРУ прыжки.
22	Игра «Полоса препятствий». Правила игры	1			ОРУ, игра.
23	Спрыгивание вниз с небольшой высоты, сохраняя равновесие.	1			Ходьба, бег, ОРУ, прыжки.
24	Игра «Пятнашки». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
25	Бросание мяча вверх, в цель.	1			Упражнения с мячами.
26	Игра «Рыбаки и рыбки». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
27	Исходные положения и движения.	1			Ходьба, бег, ОРУ.
28	Игра «Собери пирамидку». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
29	Перекаты с носков на пятки. Упражнения.	1			Ходьба, бег, ОРУ.
30	Игра «Бросай - ка». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
31	Приседания. Упражнения.	1			ОРУ, приседания .
32	Игра «Строим дом». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
33	Отстукивание и отхлопывание разного темпа. Упражнения.	1			Упражнения на внимание.
34	Отстукивание и отхлопывание разного темпа. Упражнения.	1			Упражнения на внимание.

35	Игра «Стоп, хоп, раз Правила игры.	1		ОРУ, игра.
36	Выполнение по памяти комбинаций движения. Упражнения.	1		Упражнения на внимание.
37	Игра «Болото». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
38	Ходьба ровным шагом. Упражнения.	1		Ходьба в различном темпе.
39	Игра «Полоса препятствий». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
40	Ходьба по кругу, взявшись за руки. Упражнения.	1		Ходьба с различным положением рук.
41	Игра «Пятнашки». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
42	Ходьба на носках. Упражнения.	1		Ходьба с сопутствующими упражнениями.
43	Игра «Рыбаки и рыбки». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
44	Ходьба в медленном и быстром темпе.	1		Ходьба в различном темпе.
45	Игра «Собери пирамидку». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
46	Ходьба в медленном и быстром темпе. Упражнения.	1		Ходьба в различном темпе.
47	Игра «Бросай - ка». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
48	Ходьба по линии. Упражнения.	1		Ходьба с сопутствующими упражнениями.
49	Игра «Строим дом». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
50	Захват предметов. Упражнения.	1		Упражнения с различными предметами.
51	Игра «Быстрые санки». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
52	Передача предметов. Упражнения.	1		Упражнения с различными предметами.
53	Игра «Пузырь». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
54	Передача предметов. Упражнения.	1		Упражнения с различными предметами.
55	Игра «Стоп, хоп, раз». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
56	Броски мячей. Упражнения.	1		Упражнения с мячами.
57	Игра «Болото». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
58	Перекатывание мячей. Упражнения.	1		Упражнения с мячами.
59	Игра «Полоса препятствий». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
60	Перекатывание мячей. Упражнения.	1		Упражнения с мячами.
61	Игра «Пятнашки». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
62	Упражнения на формирование правильного дыхания.	1		Ходьба и бег в различном темпе.
63	Полоса препятствий.	1		Ходьба, бег, ОРУ.
64	Дыхательные упражнения по подражанию.	1		Упражнения на внимание.

65	Игра «Рыбаки и рыбки». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
66	Исходные положения и движения.	1			Ходьба, бег, ОРУ.
67	Игра «Собери пирамидку». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
68	Дыхание при ходьбе. Упражнения.	1			Ходьба в различном темпе.
69	Игра «Бросай - ка». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
70	Полоса препятствий.	1			Ходьба, бег, ОРУ.

4 класс

№ п\п	Тема урока	Кол- во часов	Дата урока		Основные виды деятельности
			По плану	По факту	
1	Игра «Пузырь». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
2	Упражнения на формирование правильного дыхания.	1			Ходьба и бег в различном темпе.
3	Игра «Стоп, хоп, раз». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
4	Дыхательные упражнения по подражанию.	1			Упражнения на внимание.
5	Игра «Болото». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
6	Дыхательные упражнения под хлопки.	1			Упражнения на внимание.
7	Игра «Полоса препятствий». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
8	Дыхательные упражнения под счет.	1			Упражнения на внимание.
9	Игра «Пятнашки». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
10	Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях.	1			Ходьба, бег, ОРУ.
11	Игра «Рыбаки и рыбки». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
12	Изменение длительности дыхания. Упражнения.	1			Ходьба и бег в различном темпе.
13	Игра «Собери пирамидку». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
14	Дыхание при ходьбе. Упражнения.	1			Ходьба в различном темпе.
15	Игра «Бросай - ка». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
16	Движение руками в исходных положениях. Упражнения.	1			Ходьба, бег, ОРУ.
17	Движение руками в исходных положениях. Упражнения.	1			Ходьба, бег, ОРУ.
18	Игра «Стоп, хоп, раз». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
19	Движение предплечий и кистей рук. Упражнения.	1			Ходьба, бег, ОРУ.
20	Игра «Болото». Правила игры.	1			ОРУ, игра.
21	Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа.	1			Ходьба, бег, ОРУ.
22	Игра «Полоса препятствий». Правила игры	1			ОРУ, игра.

23	Наклоны головой. Упражнения.	1		Ходьба, бег, ОРУ.
24	Игра «Пятнашки». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
25	Наклоны туловищем. Упражнения.	1		Ходьба, бег, ОРУ.
26	Игра «Рыбаки и рыбки». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
27	Сгибание стопы. Упражнения.	1		Ходьба, бег, ОРУ.
28	Игра «Собери пирамидку». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
29	Перекаты с носков на пятки. Упражнения.	1		Ходьба, бег, ОРУ.
30	Игра «Бросай - ка». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
31	Приседания. Упражнения.	1		Ходьба, бег, ОРУ.
32	Игра «Строим дом». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
33	Отстукивание и отхлопывание разного темпа. Упражнения.	1		Упражнения на внимание.
34	Отстукивание и отхлопывание разного темпа. Упражнения.	1		Упражнения на внимание.
35	Игра «Стоп, хоп, раз. Правила игры.	1		ОРУ, игра.
36	Выполнение по памяти комбинаций движения. Упражнения.	1		Упражнения на внимание.
37	Игра «Болото». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
38	Ходьба ровным шагом. Упражнения.	1		Ходьба, бег, ОРУ.
39	Игра «Полоса препятствий». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
40	Ходьба по кругу, взявшись за руки. Упражнения.	1		Ходьба, бег, ОРУ.
41	Игра «Пятнашки». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
42	Ходьба на носках. Упражнения.	1		Ходьба, бег, ОРУ.
43	Игра «Рыбаки и рыбки». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
44	Ходьба в медленном и быстром темпе.	1		Ходьба, бег, ОРУ.
45	Игра «Собери пирамидку». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
46	Ходьба в медленном и быстром темпе. Упражнения.	1		Ходьба, бег, ОРУ.
47	Игра «Бросай - ка». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
48	Ходьба по линии. Упражнения.	1		Ходьба, бег, ОРУ.
49	Игра «Строим дом». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
50	Захват предметов. Упражнения.	1		Упражнения с предметами.
51	Игра «Быстрые санки». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
52	Передача предметов. Упражнения.	1		Упражнения с предметами.
53	Игра «Пузырь». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
54	Передача предметов. Упражнения.	1		Упражнения с предметами.
55	Игра «Стоп, хоп, раз». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
56	Броски мячей. Упражнения.	1		Упражнения с мячами.
57	Игра «Болото». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
58	Перекатывание мячей. Упражнения.	1		Упражнения с мячами.

59	Игра «Полоса препятствий». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
60	Перекатывание мячей. Упражнения.	1		Упражнения с мячами.
61	Игра «Пятнашки». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
62	Упражнения на формирование правильного дыхания.	1		Ходьба, бег, ОРУ.
63	Полоса препятствий.	1		Ходьба, бег, ОРУ.
64	Дыхательные упражнения по подражанию.	1		Упражнения на внимание.
65	Игра «Рыбаки и рыбки». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
66	Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях.	1		Ходьба, бег, ОРУ.
67	Игра «Собери пирамидку». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
68	Дыхание при ходьбе. Упражнения.	1		Ходьба, бег, ОРУ.
69	Игра «Бросай - ка». Правила игры.	1		ОРУ, игра.
70	Полоса препятствий.	1		Ходьба, бег, ОРУ.
1	Игра «Строим дом». Правила игры.	1		ОРУ, игра.

7. Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности.

Список учебно-методической литературы:

1. Программа специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида, Подготовительный, 1 – 4 классы под редакцией В.В. Воронковой. - Москва, «Просвещение», 2013 год.

Литература для учителя:

1. С. С. Зиянгирова «Программно- методическое обеспечение 3-го урока физической культуры (ЛФК) для учащихся 1 – 5 классов «Специальной (коррекционной) общеобразовательной школы – интерната 8 вида». – П.:КЦФКиЗ, 2010 – 66с.
2. Журналы «Здоровье детей»
3. Шмаков С. А. «Игры, развивающие психические качества личности школьника: Методическое пособие. – М.:ЦГЛ, 2004
4. Ковалько В. И. «Здоровье сберегающие технологии в начальной школе. 1 – 4 классы. М.: «ВАКО, 2004.
5. «Методика занятий по лечебной физкультуре в коррекционной школе» Селезнёва Л. И., учитель ЛФК государственного специального (коррекционного) образовательного учреждения школы № 9 г. Новороссийска
6. Аудио записи «Музыка для массажа», «Музыка для души»
7. Программа обучения глубоко умственно отсталых детей. Составитель-НИИ дефектологии АПН СССР, 1983г.
8. Программно-методические материалы «Обучение детей с выраженным недоразвитие интеллекта» Под редакцией кандидата психологический наук, профессора - Бгажнокова И. М. Москва, 2012г

Материально-техническое оснащение:

1. технические и электронные средства обучения:

- автоматизированное рабочее место учителя с программным обеспечением,
- мультимедиапроектор; экран,
- аудиозаписи,

2. демонстрационный и раздаточный дидактический материал:

- мячи, обручи, скакалки,
- коврики для упражнений,
- секундомер,
- гимнастические стенки

3. спортивный зал

Информационное обеспечение образовательного процесса

- Портал «Мой университет»/ Факультет коррекционной педагогики <http://moi-sat.ru>
- Сеть творческих учителей <http://www.it-n.ru/>
- Социальная сеть работников образования <http://nsportal.ru/site/all/sites>
- Учительский портал <http://www.uchportal.ru>
- Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>
- Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов <http://fcior.edu.ru>
- Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» <http://festival.1september>
- Электронная библиотека учебников и методических материалов <http://window.edu.ru>