РАССМОТРЕНО
на ШМК специалистов
Протокол № 1
от «30»августа 2023г.

На Педагогическом совете
Протокол №1
от «31»августа 2023г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор
_____ Я.А.Стерхова
Приказ № 163
от «31»августа 2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**Коррекционный курс: «Адаптивная физическая культура»
1-4 класс (5 лет, пролонгированные сроки обучения)
вариант 8.2
(2023-2028 год)**

**Разработана:
А.Е. Ивановой**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа разработана в соответствии с законом РФ от 29.12.2012г №273-ФЗ « Об образовании в РФ». Разработанная программа опирается на следующие законодательные и правовые документы: ФГОС НОО ОВЗ Приказ МОиН РФ № 1598 (приложение 8), Конвенция ООН о правах ребёнка; Закон об образовании РФ; Федеральный закон об основных гарантиях прав ребёнка РФ, с учетом особых образовательных потребностей обучающихся и рекомендаций ПМПК и ИПРА.

Описание места коррекционного курса

Рабочая программа является частью коррекционно-развивающей области учебного плана начального общего образования для обучающихся с расстройством аутистического спектра. Рабочая программа рассчитана на 33 часа в год в 1 и 1 доп. классах (1 раз в неделю), во 2-3,4 классах на 34 часа в год (1 раз в неделю).

В рамках данного курса осуществляется развитие жизненной компетенции на основе планомерного введения в более сложную социальную среду, поэтапное формирование учебной деятельности и коммуникативного поведения, расширение жизненного опыта, социальных контактов с детьми и взрослыми. Обязательным является организация и расширение повседневных социальных контактов, включение специальных курсов коррекционно - развивающего направления, особое структурирование содержания обучения на основе усиления внимания к целенаправленному развитию эмоционально- личностной сферы и коммуникативного поведения, формирование жизненной компетенции, а также применение как общих, так и специальных методов и приемов обучения.

Цель программы: обеспечение овладения обучающимися с РАС необходимым уровнем подготовки в области физической культуры, совершенствование двигательной деятельности обучающихся, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

В соответствии с обозначенными во ФГОС НОО обучающихся с РАС особыми образовательными потребностями определяются задачи коррекционного курса:

- укрепление здоровья, закаливание организма, формирование осанки и коррекция ее нарушений;
- развитие и совершенствование основных двигательных умений и навыков, навыков основных движений (бег, ходьба, метание, прыжки, лазание и другие);
- совершенствование основных физических способностей (силовых, скоростных, выносливости, координационных, включая способность к статическому и динамическому равновесию);
 - профилактика и коррекция нарушений физического и психомоторного развития;
 - воспитание базовых гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;
 - развитие физической работоспособности;
 - воспитание познавательных интересов, знакомство детей доступными теоретическими сведениями по физической культуре;
 - воспитание интереса к занятиям физической культурой;
 - формирование потребности в систематических занятиях физической культурой;
 - воспитание нравственных, моральных и волевых качеств (включая смелость, упорство в достижении цели), формирование навыков этикета и культурного поведения.

Характеристика контингента с РАС

РАС являются достаточно распространенной проблемой детского возраста и характеризуются нарушением развития коммуникации и социальных навыков. Общими являются аффективные проблемы и трудности развития активных взаимоотношений с динамично меняющейся средой, установка на сохранение постоянства в окружающем и стереотипность поведения детей. РАС связаны с особым системным нарушением психического развития ребенка, проявляющимся в становлении его аффективно-волевой сферы, в когнитивном и личностном развитии.

Дети имеют лишь самые простые формы активного контакта с людьми, используют стереотипные формы поведения, в том числе речевого, стремятся к скрупулёзному сохранению постоянства и порядка в окружающем. Их аутистические установки более выражаются в активном негативизме (отвержении). У них складываются привычные формы жизни, однако они жестко ограничены и ребенок стремится отстоять их неизменность: здесь максимально выражено стремление сохранения постоянства в окружающем, в привычном порядке жизни - избирательность в еде, одежде, маршруте прогулок. Эти дети с подозрением относятся ко всему новому, могут проявлять выраженный сенсорный дискомфорт, брезгливость, бояться неожиданностей, они легко фиксируют испуг и, соответственно, могут накапливать стойкие страхи. Неопределенность, неожиданный сбой в порядке происходящего, могут дезадаптировать ребенка и спровоцировать поведенческий срыв, который может

проявиться в активном негативизме, генерализованной агрессии и самоагрессии. В привычных же, предсказуемых условиях они могут быть спокойны, довольны и более открыты к общению. В этих рамках они легче осваивают социально-бытовые навыки и самостоятельно используют их в привычных ситуациях. В сложившемся моторном навыке такой ребенок может проявить умелость, даже искусность: нередко прекрасный каллиграфический почерк, мастерство в рисунке орнамента, в детских поделках и т.п. Сложившиеся навыки прочны, но они слишком жестко связаны с теми жизненными ситуациями, в которых были выработаны и необходима специальная работа для перенесения их в новые условия. Характерна речь штампами, требования ребенка выражаются словами и фразами в инфинитиве, во втором или в третьем лице, складывающимися на основе эхоталии (повторения слов взрослого – «накрыть», «хочешь пить» или подходящих цитат из песен, мультфильмов). Речь развивается в рамках стереотипа и тоже привязана к определенной ситуации.

Именно у этих детей в наибольшей степени обращают на себя внимание моторные и речевые стереотипные действия (особые, нефункциональные движения, повторения слов, фраз, действий – как разрывание бумаги, перелистывание книги). Они субъективно значимы для ребенка и могут усилиться в ситуациях тревоги: угрозы появления объекта страха или нарушения привычного порядка. Это могут быть примитивные стереотипные действия, а могут быть и достаточно сложные, как рисунок, пение, порядковый счет, или даже значительно более сложная математическая операция – важно, что это упорное воспроизведение одного и того же действия в стереотипной форме. Эти стереотипные действия ребенка важны ему для стабилизации внутренних состояний и защиты от травмирующих впечатлений извне. При успешной коррекционной работе нужды аутостимуляции могут терять свое значение и стереотипные действия, соответственно, редуцируются.

В стереотипных действиях аутостимуляции могут проявляться не реализуемые на практике возможности такого ребенка: уникальная память, музыкальный слух, одаренность в математических вычислениях, лингвистические способности. В привычных рамках упорядоченного обучения часть таких детей может усвоить программу не только коррекционной (специальной), но и массовой школы. Проблема в том, что знания без специальной работы осваиваются детьми механически, укладываются в набор стереотипных формулировок, воспроизводимых ребенком в ответ на вопрос, заданный в привычной форме. Надо понимать, что эти механически освоенные знания без специальной работы не смогут использоваться ребенком в реальной жизни. Проблемой этих детей является крайняя фрагментарность представлений об окружающем, ограниченность картины мира сложившимся узким жизненным стереотипом.

Ребенок этой группы очень привязан к своим близким, введение его в детское учреждение может быть осложнено этим обстоятельством. Тем не менее, эти дети, как правило, хотят идти в школу, интересуются другими детьми и включение их в детский коллектив необходимо для развития гибкости в их поведении, возможности подражания и смягчения жестких установок сохранения постоянства в окружающем. При всех проблемах социального развития, трудностях адаптации к меняющимся условиям такой ребенок при специальной поддержке в большинстве случаев способен обучаться в условиях детского учреждения.

Коррекционный курс содержит в начале и в конце каждого учебного года диагностическое обследование учащихся. Результаты обследования вносятся в карту динамики развития обучающихся.

При создании данной программы использованы материалы работ С.П. Евсеева «Теория и организация адаптивной физической культуры», Бегидовой Т. П. «Основы адаптивной физической культуры», Рипа М. Д. «Лечебно-оздоровительные технологии в адаптивном физическом воспитании», Вайнера Э. Н. «Адаптивная физическая культура».

Общая характеристика коррекционного курса: «Адаптивная физическая культура»

Коррекционно-развивающая область является обязательной частью внеурочной деятельности, поддерживающей процесс освоения содержания АООП НОО. Программа коррекционной работы должна обеспечивать: выявление особых образовательных потребностей обучающихся с РАС, обусловленных недостатками в их физическом и (или) психическом развитии; коррекцию и развитие нарушенных функций, профилактику возникновения вторичных отклонений в развитии; оптимизацию адаптации и интеграции обучающихся.

Коррекционный курс: «Музыкально-ритмические занятия»: положительное отношение к музыкально-ритмическим занятиям. Развитие восприятия музыки, интереса и внимания к музыкальному звучанию. Развитие правильных, координированных, выразительных и ритмичных движений под музыку (основных, элементарных гимнастических и танцевальных), умение выполнить построения и перестроения, исполнять по музыку несложные композиции народных, балльных и современных танцев, импровизировать движения под музыку. Умения эмоционально, выразительно и ритмично исполнять музыкальные пьесы на элементарных музыкальных инструментах в

ансамбле под аккомпанемент учителя. Развитие у обучающихся стремления и умений применять приобретенный опыт в музыкально-ритмической деятельности во внеурочное время, в том числе при реализации совместных проектов.

Курс «Адаптивная физическая культура» традиционно включается в содержание образования обучающихся с РАС. Он является необходимым, потому что типичная для детей эмоциональная незрелость, недостатки регуляции, незначительные двигательные расстройства, проявляющиеся как моторная неловкость, достаточно легко корректируются в ходе занятий. Дети на занятиях приобщаются к физической культуре, овладевают физическими умениями и навыками. Благодаря этому развиваются не только физические качества, но и создаются предпосылки для прогресса в общем психологическом развитии.

Коррекционное значение занятий адаптивной физической культурой заключается в первую очередь в формировании произвольной регуляции движений, а также системы произвольной регуляции в целом: дети повышают двигательную активность, они подчиняются сложным инструкциям, воспроизводя определенную последовательность движений, а также постепенно автоматизируют сложные двигательные акты. Улучшается также ориентировка в пространстве, в т.ч. ее базовый уровень – ориентировки в схеме тела. У обучающихся совершенствуются двигательные навыки, мышечное чувство, координация, улучшается осанка, повышается жизненный тонус.

К основным направлениям работы в ходе реализации коррекционного курса «Адаптивная физическая культура»:

- корректирующие упражнения (упражнения на осанку, стопы);
- упражнения на ориентировку в пространстве (простейшие построения и перестроения);
- гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнение на расслабление мышц);
- игры (игры для развития физических качеств, игры на коррекцию осанки, стоп).

Место курса в общей системе коррекционной работе

Изучение коррекционного курса «Адаптивная физическая культура» тесно связано с изучением учебного предмета «Физическая культура».

Адаптивная физическая культура не только оказывает коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создают благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие, темповые изменения, запоминание условий выполнения упражнений.

Адаптивная физическая культура способствуют выработке необходимых двигательных навыков у обучающихся с РАС, эстетическое развитие обучающихся на поддержание физического и психологического здоровья обучающихся.

У обучающихся необходимо развивать двигательные умения и навыки, эмоционально-личностную и познавательную сферы. После того как сформированы базовые умения, коррекционное содержание занятий усложняется.

В зависимости от целей и задач конкретного занятия педагог может отводить на каждый раздел различное количество времени (по собственному усмотрению). Структура занятий предполагается достаточно свободная, позволяющая сформировать необходимые умения и навыки. В начале и в конце каждого занятия должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Каждое занятие предполагает повторение пройденного на предыдущих. Это обязательно для занятий, так как основная его часть включает как повторение, так и изучение нового материала. Обязательным для каждого занятия является комплекс общеразвивающих упражнений. Он определяется в зависимости от физических особенностей обучающихся с РАС.

Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

Ценность жизни – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в отношении к другим людям и к природе.

Ценность добра – направленность на развитие и сохранение жизни через сострадание и милосердие как проявление любви.

Ценность свободы, чести и достоинства как основа современных принципов и правил межличностных отношений.

Ценность красоты и гармонии – основа эстетического воспитания через приобщение ребёнка к литературе как виду искусства. Это ценность стремления к гармонии, к идеалу.

Ценность труда и творчества. Труд – естественное условие человеческой жизни, состояние нормального человеческого существования. Особую роль в развитии трудолюбия ребёнка играет его учебная деятельность. В процессе её организации средствами учебного предмета у ребёнка развиваются организованность, целеустремлённость, ответственность, самостоятельность, формируется ценностное отношение к труду в целом и к литературному труду в частности.

Основное содержание коррекционного курса

Раздел «Общие упражнения» включает в себя: строевые упражнения. Подводящие упражнения. Общеразвивающие упражнения. Общеразвивающие упражнения с предметами. Упражнения, формирующие основные движения. Повторение ранее освоенных упражнений. Подвижные игры. Элементы танца. Дыхательные упражнения. Упражнения на подвижность глаз.

«Лечебно-корректирующие упражнения» включает в себя: дыхательные упражнения (для учащихся 1-ой группы). Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса и спины. Упражнения для формирования мышц стопы (для учащихся 2-ой группы). Упражнения для развития подвижности отдельных суставов. Упражнения, повышающие силу отдельных мышечных групп. Упражнения для совершенствования зрительных функций (для учащихся 3-ой группы). Повышение функциональных возможностей организма.

Упражнения коррекционно-развивающей направленности включают в себя: преодоление отклонений в физическом развитии и двигательной сфере. Упражнения на развитие координационных способностей. Упражнения на развитие выносливости. Упражнения на развитие ловкости. Упражнения для развития моторики рук. Упражнения для совершенствования подвижности глаз и зрительных функций. Упражнения, закрепляющие умения естественно двигаться.

Упражнения коррекционно-развивающей направленности включает в себя: Упражнения на развитие координационных способностей. Упражнения на развитие выносливости. Упражнения на развитие ловкости. Упражнения на тренажерах. Осанка человека. Упражнения на развитие выносливости. Упражнения на развитие ловкости. Комплекс утренней гигиенической гимнастики. Упражнения для подвижности глаз. Упражнения, закрепляющие умения естественно двигаться.

Адаптивная физическая культура (общие знания) включает в себя: правила безопасности, занятия адаптивной физкультурой и их роль для здоровья человека. Общеразвивающие упражнения без предметов. Подвижные игры, их правила, требования к играющим. Общеразвивающие упражнения с мячом. Строевые упражнения, упражнения для подвижности глаз, подвижные игры, общеразвивающие упражнения с гимнастической палкой. Общеразвивающие упражнения со скакалкой.

Коррекционный курс отражает формирование:

Личностные результаты УУД:

- понимания причин и мотивов эмоциональных проявлений, поступков, поведения других людей;
- потребности в общении, владения навыками коммуникации и адекватными ритуалами социального взаимодействия;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в различных ситуациях взаимодействия;
- принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- умение включаться в разнообразные повседневные школьные дела.

Метапредметные результаты УУД:

- готовность слушать собеседника и вести диалог;
- излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- определение общей цели и путей ее достижения;
- умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.

Предметные результаты УУД:

Адаптивная физическая культура:

- формирование умения следить за своим физическим здоровьем, осанкой;
- понимание простых инструкций в ходе игры и при выполнении физических упражнений;

Средства контроля

Для определения результатов освоения программы коррекционного курса «Адаптивная физическая культура» обучающимися за основу взяты 18 планируемых результатов по четырем уровням:

Уровень усвоения программы курса	Предметные результаты	Уровень сформированности			
		Нет фиксируемой динамики	Минимальная динамика	Удовлетворительная динамика	Значительная динамика
Базовый	27-36 балла	0 баллов	1 балл	2 балла	3 балла
Средний	18-26 балл	0 баллов	1 балл	2 балла	3 балла
Низкий	0 -17 баллов	0 баллов	1 балл	2 балла	3 балла

На отслеживание динамики вынесены показатели в соответствии с ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ (вариант 7.2) Приказ Министерства образования и науки РФ № 1598 от 19.12.2014 года). Итоговая оценка освоения программы коррекционного курса включает мониторинг (описание анализа динамики) обучающихся класса при завершении уровня начального общего образования. Мониторинг динамики развития класса проводится 3 раза: в начале учебного года – входная диагностика, в течение учебного года – текущая диагностика, в конце учебного года – итоговая диагностика.

Календарно-тематический план (33 ч)

1 класс

Раздел	Темы	Содержание, виды учебной деятельности	№ урока	Кол-во часов	Дата проведения	Коррекционные задачи
Диагностика (2 ч)	Инструктаж по ОТ и ТБ. Вводное занятие. Диагностическое занятие.	Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.	1	1		Определение уровня сформированности планируемых результатов
	Диагностическое занятие.	Беседа- Основы ТБ, тестирование стоп, осанки, двигательных умений и навыков.	2	1		Определение уровня сформированности планируемых результатов

Общие упражнения (2 ч.)	Общие упражнения	Строевые упражнения. Подводящие упражнения. Общеразвивающие упражнения. Общеразвивающие упражнения с предметами.	3	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Строевые упражнения. Упражнения для подвижности глаз. Подвижные игры.	Упражнения, формирующие основные движения. Повторение ранее освоенных упражнений. Подвижные игры. Дыхательные упражнения. Упражнения на подвижность глаз.	4	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
Упражнения коррекционно-развивающей направленности (7 ч)	Упражнения на развитие координационных способностей. (1 урок)	Упражнения в ходьбе, беге, лазаниях по гимнастической скамье, упражнения с мячами, упражнения на баланс, игры на развитие координационных способностей.	5	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Упражнения на развитие выносливости. Упражнения на развитие ловкости. Упражнения на тренажерах.	Развитие аэробных возможностей, совершенствование функций ССС, ДС, укрепление ОДА, упражнения с мячами, игры.	6	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Упражнения на развитие координационных способностей (2 урок).	Упражнения в ходьбе, беге, лазаниях по гимнастической скамье, упражнения с мячами, упражнения на баланс, игры на развитие координационных способностей.	7	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Осанка человека.	Упражнения, формирующие правильную осанку.	8	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Упражнения на развитие выносливости. Упражнения на развитие ловкости.	Развитие аэробных возможностей, совершенствование функций ССС, ДС, укрепление ОДА, упражнения с мячами, игры.	9	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Комплекс утренней гигиенической гимнастики. Упражнения для подвижности глаз	Комплекс гимнастики для глаз, утренняя гигиеническая гимнастика.	10	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Упражнения, закрепляющие	Упражнения, закрепляющие умения естественно двигаться.	11	1		Правильные, координированные,

	умения естественно двигаться.					движения. Развитие двигательной активности
Адаптивная физическая культура (общие знания) (7 ч.)	Правила безопасности. Занятия адаптивной физкультурой и их роль для здоровья человека. Общеразвивающие упражнения без предметов.	Разнообразие упражнений адаптивной физической культуры. Правильное дыхание. Осанка человека. Подвижные игры, их правила, требования к играющим. Гигиенические навыки занятий физкультурой. Занятия на тренажерах. Зрение и упражнения адаптированной физической культуры.	12	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Подвижные игры, их правила, требования к играющим. Общеразвивающие упражнения с мячом. (1 урок)	Разнообразие упражнений адаптивной физической культуры. Правильное дыхание. Осанка человека. Подвижные игры, их правила, требования к играющим. Гигиенические навыки занятий физкультурой. Занятия на тренажерах. Зрение и упражнения адаптированной физической культуры.	13	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Подвижные игры, их правила, требования к играющим. Общеразвивающие упражнения с мячом (2 урок)	Разнообразие упражнений адаптивной физической культуры. Правильное дыхание. Осанка человека. Подвижные игры, их правила, требования к играющим. Гигиенические навыки занятий физкультурой. Занятия на тренажерах. Зрение и упражнения адаптированной физической культуры.	14			Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Строевые упражнения. Упражнения для подвижности глаз. Подвижные игры.	Строевые упражнения. Упражнения для подвижности глаз. Подвижные игры	15	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Общеразвивающие упражнения с гимнастической палкой. Подвижные игры.	Общеразвивающие упражнения с гимнастической палкой. Подвижные игры.	16	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Общеразвивающие упражнения со скакалкой.	Общеразвивающие упражнения со скакалкой.	17	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Лечебно-корректирующие упражнения (1 урок)	Дыхательные упражнения (для учащихся 1-ой группы). Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса и спины.. Упражнения, повышающие силу отдельных мышечных групп.	18	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности

Лечебно-корректирующие упражнения (15ч.)	Лечебно-корректирующие упражнения (2 урок)	Упражнения для формирования мышц стопы (для учащихся 2-ой группы). Упражнения для развития подвижности отдельных суставов. Упражнения, повышающие силу отдельных мышечных групп.	19	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Лечебно-корректирующие упражнения (3 урок)	Упражнения для совершенствования зрительных функций (для учащихся 3-ой группы). Повышение функциональных возможностей организма. Упражнения, повышающие силу отдельных мышечных групп.	20	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Лечебно-корректирующие упражнения (4 урок)	Коррекционно-развивающие упражнения: на дыхание, на формирование правильной осанки и профилактику плоскостопия, на развитие точности и координации движений, на развитие двигательных умений и навыков.	21	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Зрение и упражнения лечебной физкультуры. Упражнения для совершенствования зрительных функций	Зрение и упражнения лечебной физкультуры. Упражнения для совершенствования зрительных функций.	22	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Упражнения повышающие силу отдельных мышечных групп	Силовые упражнения с собственным весом тела и с инвентарем	23	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Упражнения для развития моторики рук.	Самомассаж, упражнения для мелкой моторики рук.	24	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Упражнения для профилактики плоскостопия (1 урок)	Упражнения для укрепления мышц стопы. Комплекс при продольном плоскостопии..	25	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Упражнения для профилактики плоскостопия (2 урок)	Упражнения для укрепления мышц стопы. Комплекс при продольном плоскостопии..	26	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Дыхательные упражнения (1 урок)	Комплекс дыхательных упражнений.	27	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Дыхательные упражнения (2 урок)	Комплекс дыхательных упражнений.	28	1		Правильные, координированные,

						движения. Развитие двигательной активности
	Упражнения на осанку (1 урок)	Комплекс на осанку.	29	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Упражнения на осанку (2 урок)	Комплекс на осанку.	30	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Упражнения повышающие силу отдельных мышечных групп (1 урок)	Силовые упражнения с собственным весом тела и с инвентарем	31			Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Упражнения повышающие силу отдельных мышечных групп (2 урок)	Силовые упражнения с собственным весом тела и с инвентарем	32			Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
Диагностика (1 ч)	Диагностическое занятие		33	1		Определение уровня сформированности планируемых результатов

Календарно-тематический план (33 ч)

1 класс

Раздел	Темы	Содержание, виды учебной деятельности	№ урока	Кол-во часов	Дата проведения	Коррекционные задачи
Диагностика (2 ч)	Инструктаж по ОТ и ТБ. Вводное занятие. Диагностическое занятие.	Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.	1	1		Определение уровня сформированности планируемых результатов
	Диагностическое занятие.	Беседа- Основы ТБ, тестирование стоп, осанки, двигательных умений и навыков.	2	1		Определение уровня сформированности планируемых результатов
Общие упражнения (2 ч.)	Общие упражнения	Строевые упражнения. Подводящие упражнения. Общеразвивающие упражнения. Общеразвивающие упражнения с предметами.	3	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности

	Строевые упражнения. Упражнения для подвижности глаз. Подвижные игры.	Упражнения, формирующие основные движения. Повторение ранее освоенных упражнений. Подвижные игры. Дыхательные упражнения. Упражнения на подвижность глаз.	4	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
Упражнения коррекционно-развивающей направленности (7 ч	Упражнения на развитие координационных способностей. (1 урок)	Упражнения в ходьбе, беге, лазаниях по гимнастической скамье, упражнения с мячами, упражнения на баланс, игры на развитие координационных способностей.	5	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Упражнения на развитие выносливости. Упражнения на развитие ловкости. Упражнения на тренажерах.	Развитие аэробных возможностей, совершенствование функций ССС, ДС, укрепление ОДА, упражнения с мячами, игры.	6	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Упражнения на развитие координационных способностей (2 урок).	Упражнения в ходьбе, беге, лазаниях по гимнастической скамье, упражнения с мячами, упражнения на баланс, игры на развитие координационных способностей.	7	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Осанка человека.	Упражнения, формирующие правильную осанку.	8	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Упражнения на развитие выносливости. Упражнения на развитие ловкости.	Развитие аэробных возможностей, совершенствование функций ССС, ДС, укрепление ОДА, упражнения с мячами, игры.	9	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Комплекс утренней гигиенической гимнастики. Упражнения для подвижности глаз	Комплекс гимнастики для глаз, утренняя гигиеническая гимнастика.	10	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Упражнения, закрепляющие умения естественно двигаться.	Упражнения, закрепляющие умения естественно двигаться.	11	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
Правила безопасности. Занятия адаптивной	Разнообразие упражнений адаптивной физической культуры. Правильное дыхание. Осанка человека. Подвижные игры, их правила, требования к играющим. Гигиенические навыки занятий	12	1		Правильные, координированные,	

Адаптивная физическая культура (общие знания) (7 ч.)	физкультурой и их роль для здоровья человека. Общеразвивающие упражнения без предметов.	физкультурой. Занятия на тренажерах. Зрение и упражнения адаптированной физической культуры.				движения. Развитие двигательной активности
	Подвижные игры, их правила, требования к играющим. Общеразвивающие упражнения с мячом. (1 урок)	Разнообразие упражнений адаптивной физической культуры. Правильное дыхание. Осанка человека. Подвижные игры, их правила, требования к играющим. Гигиенические навыки занятий физкультурой. Занятия на тренажерах. Зрение и упражнения адаптированной физической культуры.	13	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Подвижные игры, их правила, требования к играющим. Общеразвивающие упражнения с мячом (2 урок)	Разнообразие упражнений адаптивной физической культуры. Правильное дыхание. Осанка человека. Подвижные игры, их правила, требования к играющим. Гигиенические навыки занятий физкультурой. Занятия на тренажерах. Зрение и упражнения адаптированной физической культуры.	14			Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Строевые упражнения. Упражнения для подвижности глаз. Подвижные игры.	Строевые упражнения. Упражнения для подвижности глаз. Подвижные игры	15	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Общеразвивающие упражнения с гимнастической палкой. Подвижные игры.	Общеразвивающие упражнения с гимнастической палкой. Подвижные игры.	16	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Общеразвивающие упражнения со скакалкой.	Общеразвивающие упражнения со скакалкой.	17	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
Лечебно-корректирующие упражнения (1 урок)	Лечебно-корректирующие упражнения (1 урок)	Дыхательные упражнения (для учащихся 1-ой группы). Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса и спины.. Упражнения, повышающие силу отдельных мышечных групп.	18	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Лечебно-корректирующие упражнения (2 урок)	Упражнения для формирования мышц стопы (для учащихся 2-ой группы). Упражнения для развития подвижности отдельных суставов. Упражнения, повышающие силу отдельных мышечных групп.	19	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Лечебно-корректирующие упражнения (3 урок)	Упражнения для совершенствования зрительных функций (для учащихся 3-ой группы). Повышение функциональных	20	1		Правильные, координированные,

Лечебно-корректирующие упражнения (15ч.)		возможностей организма. Упражнения, повышающие силу отдельных мышечных групп.				движения. Развитие двигательной активности
	Лечебно-корректирующие упражнения (4 урок)	Коррекционно-развивающие упражнения: на дыхание, на формирование правильной осанки и профилактику плоскостопия, на развитие точности и координации движений, на развитие двигательных умений и навыков.	21	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Зрение и упражнения лечебной физкультуры. Упражнения для совершенствования зрительных функций	Зрение и упражнения лечебной физкультуры. Упражнения для совершенствования зрительных функций.	22	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Упражнения повышающие силу отдельных мышечных групп	Силовые упражнения с собственным весом тела и с инвентарем	23	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Упражнения для развития моторики рук.	Самомассаж, упражнения для мелкой моторики рук.	24	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Упражнения для профилактики плоскостопия (1 урок)	Упражнения для укрепления мышц стопы. Комплекс при продольном плоскостопии..	25	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Упражнения для профилактики плоскостопия (2 урок)	Упражнения для укрепления мышц стопы. Комплекс при продольном плоскостопии..	26	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Дыхательные упражнения (1 урок)	Комплекс дыхательных упражнений.	27	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Дыхательные упражнения (2 урок)	Комплекс дыхательных упражнений.	28	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Упражнения на осанку (1 урок)	Комплекс на осанку.	29	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности

	Упражнения на осанку (2 урок)	Комплекс на осанку.	30	1		Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Упражнения повышающие силу отдельных мышечных групп (1 урок)	Силовые упражнения с собственным весом тела и с инвентарем	31			Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
	Упражнения повышающие силу отдельных мышечных групп (2 урок)	Силовые упражнения с собственным весом тела и с инвентарем	32			Правильные, координированные, движения. Развитие двигательной активности
Диагностика (1 ч)	Диагностическое занятие		33	1		Определение уровня сформированности планируемых результатов

**Календарно-тематически план (34 ч.)
2 класс**

Последовательность тем в предмете	Последовательность уроков в теме	Минимальный объем содержания на тему на урок и уровень их усвоения	№ урока	Кол-во часов	Дата проведения	Коррекционные цели
Диагностика (2 ч)	Инструктаж по ОТ и ТБ. Вводное занятие. Диагностическое занятие.	Инструктаж по ОТ и ТБ. Определение уровня сформированности планируемых результатов через выполнение различных упражнений.	1	1		Определение уровня сформированности планируемых результатов
	Диагностическое занятие	Беседа- Основы ТБ, тестирование стоп, осанки, двигательных умений и навыков.	2	1		Определение уровня сформированности планируемых результатов
Общие упражнения (2ч.)	Общие упражнения	Строевые упражнения. Подводящие упражнения. Общеразвивающие упражнения. Общеразвивающие упражнения с предметами.	3	1		Развитие координации движений, внимания. Умение быть дисциплинированным, развитие навыков взаимодействия. Умение выполнять построения и прыжки.
	Строевые упражнения.	Упражнения, формирующие основные движения. Повторение	4	1		Развитие двигательной активности, координации движений, чувства ритма. Формирование мотивационной

	Упражнения для подвижности глаз. Подвижные игры.	ранее освоенных упражнений. Подвижные игры. Дыхательные упражнения. Упражнения на подвижность глаз.				деятельности. Развитие навыка взаимодействия.
Упражнения коррекционно-развивающей направленности (7 ч)	Упражнения на развитие координационных способностей. (1 урок)	Упражнения в ходьбе, беге, лазаниях по гимнастической скамье, упражнения с мячами, упражнения на баланс, игры на развитие координационных способностей.	5	1		Развитие двигательной активности, координации движений, чувства ритма. Формирование мотивационной деятельности. Развитие навыка взаимодействия.
	Упражнения на развитие выносливости. Упражнения на развитие ловкости. Упражнения на тренажерах.	Развитие аэробных возможностей, совершенствование функций ССС, ДС, укрепление ОДА, упражнения с мячами, игры.	6	1		Развитие внимания. Развитие кругозора.
	Упражнения на развитие координационных способностей (2 урок).	Упражнения в ходьбе, беге, лазаниях по гимнастической скамье, упражнения с мячами, упражнения на баланс, игры на развитие координационных способностей.	7	1		Развитие умение работать в парах. Развитие координации, быстроты реакции. Формирование адекватного отношения к учебной деятельности.
	Осанка человека.	Упражнения, формирующие правильную осанку.	8	1		Развитие умение работать в парах. Развитие координации, быстроты реакции. Развитие навыков взаимодействия.
	Упражнения на развитие выносливости. Упражнения на развитие ловкости.	Развитие аэробных возможностей, совершенствование функций ССС, ДС, укрепление ОДА, упражнения с мячами, игры.	9	1		Развитие умение работать в парах. Развитие координации, быстроты реакции. Формирование мотивационной деятельности.

Адаптивная физическая культура (общие знания) (7 ч.)	Комплекс утренней гигиенической гимнастики. Упражнения для подвижности глаз	Комплекс гимнастики для глаз, утренняя гигиеническая гимнастика.	10	1		Развитие чувства ритма. Выполнение танцевальных движений под музыку. Формирование правильных, координированных, выразительных и ритмичных движений под музыку
	Упражнения, закрепляющие умения естественно двигаться.	Упражнения, закрепляющие умения естественно двигаться.	11	1		Развитие чувства ритма. Выполнение танцевальных движений под музыку. Формирование правильных, координированных, выразительных и ритмичных движений под музыку
	Правила безопасности. Занятия адаптивной физкультурой и их роль для здоровья человека. Общеразвивающие упражнения без предметов.	Разнообразие упражнений адаптивной физической культуры. Правильное дыхание. Осанка человека. Подвижные игры, их правила, требования к играющим. Гигиенические навыки занятий физкультурой. Занятия на тренажерах. Зрение и упражнения адаптированной физической культуры.	12	1		Формирование правильных, координированных, выразительных и ритмичных движений под музыку. Развитие импровизации
	Подвижные игры, их правила, требования к играющим. Общеразвивающие упражнения с мячом. (1 урок)	Разнообразие упражнений адаптивной физической культуры. Правильное дыхание. Осанка человека. Подвижные игры, их правила, требования к играющим. Гигиенические навыки занятий физкультурой. Занятия на тренажерах. Зрение и упражнения адаптированной физической культуры.	13	1		Работа с элементарными музыкальными инструментами. Развитие чувства ритма, слуха. Формирование мотивационной деятельности. Развитие чувства ритма. Развитие навыков взаимодействия

	Подвижные игры, их правила, требования к играющим. Общеразвивающие упражнения с мячом (2 урок)	Разнообразие упражнений адаптивной физической культуры. Правильное дыхание. Осанка человека. Подвижные игры, их правила, требования к играющим. Гигиенические навыки занятий физкультурой. Занятия на тренажерах. Зрение и упражнения адаптированной физической культуры.	14	1		Работа с элементарными музыкальными инструментами. Развитие чувства ритма, слуха. Формирование мотивационной деятельности. Развитие чувства ритма. Развитие навыков взаимодействия
	Строевые упражнения. Упражнения для подвижности глаз. Подвижные игры.	Строевые упражнения. Упражнения для подвижности глаз. Подвижные игры	15	1		Работа с элементарными музыкальными инструментами. Развитие чувства ритма, слуха. Формирование мотивационной деятельности. Развитие чувства ритма. Развитие навыков взаимодействия. Формирование адекватного отношения к учебной деятельности.
	Общеразвивающие упражнения с гимнастической палкой. Подвижные игры.	Общеразвивающие упражнения с гимнастической палкой. Подвижные игры.	16	1		Работа с элементарными музыкальными инструментами. Развитие чувства ритма, слуха. Формирование мотивационной деятельности. Развитие чувства ритма. Развитие навыков взаимодействия. Формирование адекватного отношения к учебной деятельности.
	Общеразвивающие упражнения со скакалкой.	Общеразвивающие упражнения со скакалкой.	17	1		Развитие музыкального слуха, чувства ритма, памяти, внимания. Умение эмоционально воспроизвести музыку на элементарных музыкальных инструментах.
Лечебно-корректирующие	Лечебно-корректирующие упражнения (1 урок)	Дыхательные упражнения (для учащихся 1-ой группы). Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса и спины.. Упражнения,	18	1		Развитие музыкального слуха, чувства ритма, памяти, внимания. Умение эмоционально воспроизвести музыку на элементарных музыкальных инструментах.

упражнения (15ч.)		повышающие силу отдельных мышечных групп.				
	Лечебно-корректирующие упражнения (2 урок)	Упражнения для формирования мышц стопы (для учащихся 2-ой группы). Упражнения для развития подвижности отдельных суставов. Упражнения, повышающие силу отдельных мышечных групп.	19	1		Речевое развитие. Развитие эмоционально-личностной, познавательной сфер. Развитие памяти, внимания, чувства ритма.
	Лечебно-корректирующие упражнения (3 урок)	Упражнения для совершенствования зрительных функций (для учащихся 3-ой группы). Повышение функциональных возможностей организма. Упражнения, повышающие силу отдельных мышечных групп.	20	1		Речевое развитие. Развитие эмоционально-личностной, познавательной сфер. Развитие памяти, внимания, чувства ритма.
	Лечебно-корректирующие упражнения (4 урок)	Коррекционно-развивающие упражнения: на дыхание, на формирование правильной осанки и профилактику плоскостопия, на развитие точности и координации движений, на развитие двигательных умений и навыков.	21	1		Речевое развитие. Развитие эмоционально-личностной, познавательной сфер. Развитие памяти, внимания, чувства ритма.
	Зрение и упражнения лечебной физкультуры. Упражнения для совершенствования зрительных функций	Зрение и упражнения лечебной физкультуры. Упражнения для совершенствования зрительных функций.	22	1		Развитие эмоционально-личностной, познавательной сфер. Совмещение музыки и танца. Формирование правильных, координированных, выразительных и ритмичных движений под музыку. Развитие импровизации

	Упражнения повышающие силу отдельных мышечных групп	Силовые упражнения с собственным весом тела и с инвентарем	23	1		Развитие эмоционально-личностной, познавательной сфер. Совмещение музыки и танца. Формирование правильных, координированных, выразительных и ритмичных движений под музыку. Развитие импровизации
	Упражнения для развития моторики рук.	Самомассаж, упражнения для мелкой моторики рук.	24	1		Речевое развитие. Развитие эмоционально-личностной, познавательной сфер. Совмещение музыки, слова и танца.
	Упражнения для профилактики плоскостопия (1 урок)	Упражнения для укрепления мышц стопы. Комплекс при продольном плоскостопии..	25	1		Речевое развитие. Развитие эмоционально-личностной, познавательной сфер. Совмещение музыки, слова и танца.
	Упражнения для профилактики плоскостопия (2 урок)	Упражнения для укрепления мышц стопы. Комплекс при продольном плоскостопии..	26	1		Разучивание танцевальных движений. Развитие внимания, памяти, координации движений, быстроты реакции, чувства ритма. Развитие крупной моторики.
	Дыхательные упражнения (1 урок)	Комплекс дыхательных упражнений.	27	1		Развитие музыкального слуха, чувства ритма, памяти, внимания, быстроты реакции, координации движений. Формирование правильных, координированных, выразительных и ритмичных движений под музыку. Развитие импровизации
	Дыхательные упражнения (2 урок)	Комплекс дыхательных упражнений.	28	1		Развитие музыкального слуха, чувства ритма, памяти, внимания, быстроты реакции, координации движений.
	Упражнения на осанку (1 урок)	Комплекс на осанку.	29	1		Развитие музыкального слуха, чувства ритма, памяти, внимания, быстроты реакции, координации движений. Развитие кругозора. Формирование мотивационной деятельности.
	Упражнения на осанку (2 урок)	Комплекс на осанку.	30	1		Развитие музыкального слуха, чувства ритма, памяти, внимания. Развитие танцевального творчества, импровизации.

						Развитие эмоциональной отзывчивости на музыку.
	Упражнения повышающие силу отдельных мышечных групп (1 урок)	Силовые упражнения с собственным весом тела и с инвентарем	31	1		Развитие музыкального слуха, чувства ритма, памяти, внимания. Знакомство с элементами русских народных плясок.
	Упражнения повышающие силу отдельных мышечных групп (2 урок)	Силовые упражнения с собственным весом тела и с инвентарем	32	1		Развитие музыкального слуха, чувства ритма, памяти, внимания. Знакомство с элементами русских народных плясок.
Диагностика (2 ч)	Диагностическое занятие (1 урок)		33	1		Определение уровня сформированности планируемых результатов
	Диагностическое занятие (2 урок)		34	1		Определение уровня сформированности планируемых результатов

Календарно-тематический план (34 ч.)

3 класс

Последовательность тем в предмете	Последовательность уроков в теме	Минимальный объем содержания на тему, на урок и уровень их усвоения	№ урока	Кол-во часов	Дата проведения	Коррекционные цели
-----------------------------------	----------------------------------	---	---------	--------------	-----------------	--------------------

Диагностика (1 ч)	Вводное занятие. Диагностическое занятие	Определение уровня сформированности планируемых результатов через двигательные тесты.	1	1		Определение уровня сформированности планируемых результатов.
Упражнения для коррекции правильной осанки (5 ч.)	Упражнения для развития правильного дыхания (1 урок)	Упражнения для развития правильного дыхания. Игра «Громче меня».	2	1		Формирование у обучающихся походки, осанки с координацией движения рук и ног. Способствование формированию правильной осанки, выработки держать тело в определенном направлении.
	Ходьба по начерченной линии с предметом на голове.	Ходьба по начерченной линии с предметом на голове. Игра «Гуси- Лебеди».	3	1		Формирование у обучающихся походки, осанки с координацией движения рук и ног. Способствование формированию правильной осанки, выработки держать тело в определенном направлении.
	Упражнения у стены.	Игра «Быстро в домик». Упражнения в парах, Стоя спиной друг к другу. Игра «Левые- правые».	4	1		Формирование у обучающихся походки, осанки с координацией движения рук и ног. Способствование формированию правильной осанки, выработки держать тело в определенном направлении.
	Ходьба по гимнастической скамейке.	Ходьба по гимнастической скамейке.	5	1		Формирование у обучающихся походки, осанки с координацией движения рук и ног. Способствование формированию правильной осанки, выработки держать тело в определенном направлении.

	Упражнения для развития правильного дыхания. (2 урок)	Упражнения для развития правильного дыхания. Игра «Громче меня».	6	1		Формирование у обучающихся походки, осанки с координацией движения рук и ног. Способствование формированию правильной осанки, выработки держать тело в определенном направлении.
Коррекционные упражнения для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движения. (5 ч.)	Построение в обозначенном месте (в кругах, в квадратах).	Построение в обозначенном месте (в кругах, в квадратах).	7	1		Формирование у обучающихся координации движений, ориентировки в пространстве.
	Прыжок в длину с места в ориентир.	Прыжок в длину с места в ориентир.	8	1		Техника и качество выполнения прыжков на месте. Общее требование правильное приземление, без потери равновесия. Умение ориентироваться в пространстве.
	Построение в круг по ориентиру.	Построение в круг по ориентиру.	9	1		Техника и качество выполнения прыжков на месте. Общее требование правильное приземление, без потери равновесия. Умение ориентироваться в пространстве.
	Шаг вперед, назад, в сторону и	Шаг вперед, назад, в сторону и воспроизведение его закрытыми глазами.	10	1		Техника и качество выполнения прыжков на месте. Общее требование

	воспроизведение его закрытыми глазами.					правильное приземление, без потери равновесия. Умение ориентироваться в пространстве.
	Увеличение, уменьшение круга движением вперед, назад, на ориентир.	Увеличение, уменьшение круга движением вперед, назад, на ориентир.	11	1		Техника и качество выполнения прыжков на месте. Общее требование правильное приземление, без потери равновесия. Умение ориентироваться в пространстве.
Упражнения для укрепления мышц живота (5ч.)	Вис на гимнастической стенке с подниманием ног под 90 градусов.	Вис на гимнастической стенке с подниманием ног под 90 градусов. Игра «Выше земли».	12	1		Способствуют формированию выработки выполнять упражнения в определенном положении
	Упражнения сидя и лежа на полу.	Упражнения сидя и лежа на полу. Игра «Подними предмет».	13	1		Способствуют формированию выработки выполнять упражнения в определенном положении
	Подъем туловища из положения, сидя на скамейке в парах.	Подъем туловища из положения, сидя на скамейке в парах.	14	1		Способствуют формированию выработки выполнять упражнения в определенном положении
	Упражнения в вися спиной к стене.	Упражнения в вися спиной к стене.	15	1		Способствуют формированию выработки выполнять упражнения в определенном положении
	Упражнения для мышц брюшного пресса.	Упражнения для мышц брюшного пресса.	16	1		Способствуют формированию выработки выполнять упражнения в определенном положении
Упражнения для коррекции плоскостопия. (5ч.)	Катание ступнями кеглей.	Катание ступнями кеглей. Игра «Кто быстрее снимет обувь?»	17	1		Формирование свода стопы и профилактика плоскостопия
	Ходьба на носках, на пятках.	Ходьба на носках, на пятках.	18	1		Формирование свода стопы и профилактика плоскостопия
	Катание гимнастических палок.	Катание гимнастических палок.	19	1		Формирование свода стопы и профилактика плоскостопия
	Упражнения для профилактики плоскостопия.	Упражнения для профилактики плоскостопия.	20	1		Формирование свода стопы и профилактика плоскостопия
	Катание ногами мячей	Катание ногами мячей	21	1		Формирование свода стопы и профилактика плоскостопия

Упражнения для крупной моторики (12ч.)	Сгибание, разгибание пальцев рук в кулак.	Сгибание, разгибание пальцев рук в кулак. Игра «Фигуры из пальцев».	22	1		Проявлять быстроту и ловкость, силу, выносливость. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание игровых упражнений.
	Перекалывание мяча из руки в руку, катание мяча.	Перекалывание мяча из руки в руку, катание мяча. Игра «Прокати мяч».	23	1		Проявлять быстроту и ловкость, силу, выносливость. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание игровых упражнений.
	Подбрасывание мяча на разную высоту.	Подбрасывание мяча на разную высоту. Игра «Кого назвали тот и ловит».	24	1		Проявлять быстроту и ловкость, силу, выносливость. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание игровых упражнений.
	Ловля мяча после хлопка над головой.	Ловля мяча после хлопка над головой.	25	1		Проявлять быстроту и ловкость, силу, выносливость. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание игровых упражнений.
	Ловля мяча после хлопка над головой.	Ловля мяча после хлопка над головой.	26	1		Проявлять быстроту и ловкость, силу, выносливость. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание игровых упражнений.
	Ловля мяча после отскока от пола двумя руками, одной.	Ловля мяча после отскока от пола двумя руками, одной.	27	1		Проявлять быстроту и ловкость, силу, выносливость. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание игровых упражнений.
	Упражнения с гимнастической палкой.	Упражнения с гимнастической палкой. Игра «Вот так позы».	28	1		Проявлять быстроту и ловкость, силу, выносливость. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание игровых упражнений.
	Упражнения с обручами.	Упражнения с обручами. Игра «Проскачи через круг».	29	1		Проявлять быстроту и ловкость, силу, выносливость. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание игровых упражнений.

	Ловля мяча от стены	Ловля мяча от стены. Игра «Кто быстрее поймает?».	30	1		Проявлять быстроту и ловкость, силу, выносливость. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание игровых упражнений.
	Самомассаж рук, головы, ног.	Самомассаж рук, головы, ног. Игра «Ну-ка отними».	31	1		Проявлять быстроту и ловкость, силу, выносливость. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание игровых упражнений.
	Массаж пальцев, кистей рук.	Массаж пальцев, кистей рук. Игра «Морские фигуры»	32	1		Проявлять быстроту и ловкость, силу, выносливость. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание игровых упражнений.
	Подъем предметов различной величины.	Подъем предметов различной величины.				Проявлять быстроту и ловкость, силу, выносливость. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание игровых упражнений.
Диагностика (1 ч)	Диагностическое занятие (2 урок)	Определение уровня сформированности планируемых результатов через выполнение различных танцевальных движений и упражнений под музыку и без нее.	34	1		Определение уровня сформированности планируемых результатов.

Календарно-тематический план (34 ч.)

4 класс

Последовательность тем в предмете	Последовательность уроков в теме	Минимальный объем содержания на тему на урок и уровень их усвоения	№ урока	Кол-во часов	Дата проведения	Коррекционные цели
Диагностика (2 ч)	Инструктаж по ОТ и ТБ. Вводное занятие. Диагностическое занятие.	Инструктаж по ОТ и ТБ. Определение уровня сформированности планируемых результатов через выполнение различных упражнений.	1	1		Определение уровня сформированности планируемых результатов

	Диагностическое занятие	Беседа- Основы ТБ, тестирование стоп, осанки, двигательных умений и навыков.	2	1		Определение уровня сформированности планируемых результатов
Общие упражнения (2ч.)	Общие упражнения	Строевые упражнения. Подводящие упражнения. Общеразвивающие упражнения. Общеразвивающие упражнения с предметами.	3	1		Развитие координации движений, внимания. Умение быть дисциплинированным, развитие навыков взаимодействия. Умение выполнять построения и прыжки.
	Строевые упражнения. Упражнения для подвижности глаз. Подвижные игры.	Упражнения, формирующие основные движения. Повторение ранее освоенных упражнений. Подвижные игры. Дыхательные упражнения. Упражнения на подвижность глаз.	4	1		Развитие двигательной активности, координации движений, чувства ритма. Формирование мотивационной деятельности. Развитие навыка взаимодействия.
Упражнения коррекционно-развивающей направленности (7 ч)	Упражнения на развитие координационных способностей. (1 урок)	Упражнения в ходьбе, беге, лазаниях по гимнастической скамье, упражнения с мячами, упражнения на баланс, игры на развитие координационных способностей.	5	1		Развитие двигательной активности, координации движений, чувства ритма. Формирование мотивационной деятельности. Развитие навыка взаимодействия.
	Упражнения на развитие выносливости. Упражнения на развитие ловкости. Упражнения на тренажерах.	Развитие аэробных возможностей, совершенствование функций ССС, ДС, укрепление ОДА, упражнения с мячами, игры.	6	1		Развитие внимания. Развитие кругозора.
	Упражнения на развитие координационных	Упражнения в ходьбе, беге, лазаниях по гимнастической скамье, упражнения с мячами, упражнения	7	1		Развитие умение работать в парах. Развитие координации, быстроты реакции. Формирование адекватного отношения к учебной деятельности.

Адаптивная физическая культура (общие знания) (7 ч.)	способностей (2 урок).	на баланс, игры на развитие координационных способностей.				
	Осанка человека.	Упражнения, формирующие правильную осанку.	8	1		Развитие умение работать в парах. Развитие координации, быстроты реакции. Развитие навыков взаимодействия.
	Упражнения на развитие выносливости. Упражнения на развитие ловкости.	Развитие аэробных возможностей, совершенствование функций ССС, ДС, укрепление ОДА, упражнения с мячами, игры.	9	1		Развитие умение работать в парах. Развитие координации, быстроты реакции. Формирование мотивационной деятельности.
	Комплекс утренней гигиенической гимнастики. Упражнения для подвижности глаз	Комплекс гимнастики для глаз, утренняя гигиеническая гимнастика.	10	1		Развитие чувства ритма. Выполнение танцевальных движений под музыку. Формирование правильных, координированных, выразительных и ритмичных движений под музыку
	Упражнения, закрепляющие умения естественно двигаться.	Упражнения, закрепляющие умения естественно двигаться.	11	1		Развитие чувства ритма. Выполнение танцевальных движений под музыку. Формирование правильных, координированных, выразительных и ритмичных движений под музыку
	Правила безопасности. Занятия адаптивной физкультурой и их роль для здоровья человека. Общеразвивающие упражнения без предметов.	Разнообразие упражнений адаптивной физической культуры. Правильное дыхание. Осанка человека. Подвижные игры, их правила, требования к играющим. Гигиенические навыки занятий физкультурой. Занятия на тренажерах. Зрение и упражнения адаптированной физической культуры.	12	1		Формирование правильных, координированных, выразительных и ритмичных движений под музыку. Развитие импровизации

<p>Подвижные игры, их правила, требования к играющим. Общеразвивающие упражнения с мячом. (1 урок)</p>	<p>Разнообразие упражнений адаптивной физической культуры. Правильное дыхание. Осанка человека. Подвижные игры, их правила, требования к играющим. Гигиенические навыки занятий физкультурой. Занятия на тренажерах. Зрение и упражнения адаптированной физической культуры.</p>	<p>13</p>	<p>1</p>		<p>Работа с элементарными музыкальными инструментами. Развитие чувства ритма, слуха. Формирование мотивационной деятельности. Развитие чувства ритма. Развитие навыков взаимодействия</p>
<p>Подвижные игры, их правила, требования к играющим. Общеразвивающие упражнения с мячом (2 урок)</p>	<p>Разнообразие упражнений адаптивной физической культуры. Правильное дыхание. Осанка человека. Подвижные игры, их правила, требования к играющим. Гигиенические навыки занятий физкультурой. Занятия на тренажерах. Зрение и упражнения адаптированной физической культуры.</p>	<p>14</p>	<p>1</p>		<p>Работа с элементарными музыкальными инструментами. Развитие чувства ритма, слуха. Формирование мотивационной деятельности. Развитие чувства ритма. Развитие навыков взаимодействия</p>
<p>Строевые упражнения. Упражнения для подвижности глаз. Подвижные игры.</p>	<p>Строевые упражнения. Упражнения для подвижности глаз. Подвижные игры</p>	<p>15</p>	<p>1</p>		<p>Работа с элементарными музыкальными инструментами. Развитие чувства ритма, слуха. Формирование мотивационной деятельности. Развитие чувства ритма. Развитие навыков взаимодействия. Формирование адекватного отношения к учебной деятельности.</p>
<p>Общеразвивающие упражнения с гимнастической палкой. Подвижные игры.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с гимнастической палкой. Подвижные игры.</p>	<p>16</p>	<p>1</p>		<p>Работа с элементарными музыкальными инструментами. Развитие чувства ритма, слуха. Формирование мотивационной деятельности. Развитие чувства ритма. Развитие навыков взаимодействия.</p>

						Формирование адекватного отношения к учебной деятельности.
	Общеразвивающие упражнения со скакалкой.	Общеразвивающие упражнения со скакалкой.	17	1		Развитие музыкального слуха, чувства ритма, памяти, внимания. Умение эмоционально воспроизвести музыку на элементарных музыкальных инструментах.
Лечебно-корректирующие упражнения (15ч.)	Лечебно-корректирующие упражнения (1 урок)	Дыхательные упражнения (для учащихся 1-ой группы). Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса и спины.. Упражнения, повышающие силу отдельных мышечных групп.	18	1		Развитие музыкального слуха, чувства ритма, памяти, внимания. Умение эмоционально воспроизвести музыку на элементарных музыкальных инструментах.
	Лечебно-корректирующие упражнения (2 урок)	Упражнения для формирования мышц стопы (для учащихся 2-ой группы). Упражнения для развития подвижности отдельных суставов. Упражнения, повышающие силу отдельных мышечных групп.	19	1		Речевое развитие. Развитие эмоционально-личностной, познавательной сфер. Развитие памяти, внимания, чувства ритма.
	Лечебно-корректирующие упражнения (3 урок)	Упражнения для совершенствования зрительных функций (для учащихся 3-ой группы). Повышение функциональных возможностей организма. Упражнения, повышающие силу отдельных мышечных групп.	20	1		Речевое развитие. Развитие эмоционально-личностной, познавательной сфер. Развитие памяти, внимания, чувства ритма.
	Лечебно-корректирующие упражнения (4 урок)	Коррекционно-развивающие упражнения: на дыхание, на формирование правильной осанки и профилактику плоскостопия, на развитие точности и координации	21	1		Речевое развитие. Развитие эмоционально-личностной, познавательной сфер. Развитие памяти, внимания, чувства ритма.

		движений, на развитие двигательных умений и навыков.				
	Зрение и упражнения лечебной физкультуры. Упражнения для совершенствования зрительных функций	Зрение и упражнения лечебной физкультуры. Упражнения для совершенствования зрительных функций.	22	1		Развитие эмоционально-личностной, познавательной сфер. Совмещение музыки и танца. Формирование правильных, координированных, выразительных и ритмичных движений под музыку. Развитие импровизации
	Упражнения повышающие силу отдельных мышечных групп	Силовые упражнения с собственным весом тела и с инвентарем	23	1		Развитие эмоционально-личностной, познавательной сфер. Совмещение музыки и танца. Формирование правильных, координированных, выразительных и ритмичных движений под музыку. Развитие импровизации
	Упражнения для развития моторики рук.	Самомассаж, упражнения для мелкой моторики рук.	24	1		Речевое развитие. Развитие эмоционально-личностной, познавательной сфер. Совмещение музыки, слова и танца.
	Упражнения для профилактики плоскостопия (1 урок)	Упражнения для укрепления мышц стопы. Комплекс при продольном плоскостопии..	25	1		Речевое развитие. Развитие эмоционально-личностной, познавательной сфер. Совмещение музыки, слова и танца.
	Упражнения для профилактики плоскостопия (2 урок)	Упражнения для укрепления мышц стопы. Комплекс при продольном плоскостопии..	26	1		Разучивание танцевальных движений. Развитие внимания, памяти, координации движений, быстроты реакции, чувства ритма. Развитие крупной моторики.
	Дыхательные упражнения (1 урок)	Комплекс дыхательных упражнений.	27	1		Развитие музыкального слуха, чувства ритма, памяти, внимания, быстроты реакции, координации движений. Формирование правильных, координированных, выразительных и

						ритмичных движений под музыку. Развитие импровизации
	Дыхательные упражнения (2 урок)	Комплекс дыхательных упражнений.	28	1		Развитие музыкального слуха, чувства ритма, памяти, внимания, быстроты реакции, координации движений.
	Упражнения на осанку (1 урок)	Комплекс на осанку.	29	1		Развитие музыкального слуха, чувства ритма, памяти, внимания, быстроты реакции, координации движений. Развитие кругозора. Формирование мотивационной деятельности.
	Упражнения на осанку (2 урок)	Комплекс на осанку.	30	1		Развитие музыкального слуха, чувства ритма, памяти, внимания. Развитие танцевального творчества, импровизации. Развитие эмоциональной отзывчивости на музыку.
	Упражнения повышающие силу отдельных мышечных групп (1 урок)	Силовые упражнения с собственным весом тела и с инвентарем	31	1		Развитие музыкального слуха, чувства ритма, памяти, внимания. Знакомство с элементами русских народных плясок.
	Упражнения повышающие силу отдельных мышечных групп (2 урок)	Силовые упражнения с собственным весом тела и с инвентарем	32	1		Развитие музыкального слуха, чувства ритма, памяти, внимания. Знакомство с элементами русских народных плясок.
Диагностика (2 ч)	Диагностическое занятие (1 урок)		33	1		Определение уровня сформированности планируемых результатов

	Диагностическое занятие (2 урок)	.	34	1		Определение уровня сформированности планируемых результатов
--	----------------------------------	---	----	---	--	---