

**Приложение
к АООП образования обучающихся
с умеренной, тяжелой и глубокой
умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями),
тяжёлыми и множественными
нарушениями развития
(Вариант 2)**

**Государственное бюджетное учреждение Калининградской области
общеобразовательная организация для обучающихся, воспитанников с
ограниченными возможностями здоровья «Школа-интернат №1»**

**Рабочая программа учебного предмета
«Адаптивная физкультура»
5 класс**

Учитель: Опалинская О.Э.

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Адаптивная физкультура» для обучающихся 5 класса (6 год обучения) составлена на основе адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (Вариант 2), которая является учебно-методической документацией, определяющей рекомендуемые федеральным государственным образовательным стандартом объем и содержание образования, планируемые результаты освоения образовательной программы, примерные условия образовательной деятельности.

Нормативно-правовую базу разработки рабочей программы коррекционного курса «Адаптивная физкультура» (5 класс) составляют:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ;
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (приказ Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014 год №1599);
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Закон Калининградской области от 01.07.2013 № 241 «Об образовании в Калининградской области» (с изменениями на 28 сентября 2020 года);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 22 марта 2021 г. N 115 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования";
- Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), включенная в реестр примерных основных общеобразовательных программ (протокол от 22.12.2015г № 4/15);
- Устав ГБУ КО «Школы-интерната №1»;
- Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант2) ГБУ КО «Школы-интерната №1».

Цель: повышение двигательной активности обучающихся и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни.

Задачи:

- создавать условия для формирования необходимых в разнообразной двигательной деятельности знаний, умений, навыков и воспитание сознательного отношения к их использованию;
- создавать условия для совершенствования двигательных, интеллектуальных, волевых и эмоциональных навыков;
- создавать условия для воспитания нравственных качеств, приучения к дисциплинированности, организованности, ответственности, элементарной самостоятельности;
- способствовать общему сенсорному развитию высших психических функций, формированию положительной мотивации к учению, речевой активности у школьников в условиях совместной учебно - игровой деятельности;
- создавать атмосферу принятия и взаимопонимания в коллективе.

Общая характеристика учебного предмета «Адаптивная физическая культура»

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

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

Организационная структура уроков:

Основной формой работы по адаптивному физическому воспитанию в школе является урок. Каждый урок должен планироваться в соответствии со следующими принципами:

- Постепенное повышение нагрузки и переход к успокоительным упражнениям в конце урока;
- Чередование различных видов упражнений;
- Подбор упражнений, соответствующих возрасту и развитию учащихся.

Урок включает в себя содержание разделов как «Коррекционные подвижные игры», так и «Физическая подготовка». В работе с обучающимися с умеренной и тяжелой умственной отсталостью целесообразно применять специальные педагогические приемы, направленные на развитие интеллектуальной деятельности: название движений. При планировании занятий учитываются возможности проведения их на свежем воздухе.

Кроме уроков, «Адаптивная физкультура» включает мероприятия по соблюдению режима дня, внеклассную и внешкольную физкультурную работу.

Обязательным требованием является обеспечение систематического медицинского контроля за физическим развитием и состоянием здоровья обучающихся. Помещение, отведенное для занятий «Адаптивной физкультурой», должно соответствовать установленным санитарно-гигиеническим нормам, быть оборудовано современным спортивным инвентарем, пособиями и аптечкой первой помощи.

На всех уроках должны быть предприняты меры для предупреждения несчастных случаев.

Чтобы обучающиеся усвоили алгоритм выполнения упражнений и инструкции педагога, требуется многократное повторение, сочетающееся с правильным показом. Упражнения, подвижные игры, игры с элементами спорта подбираются таким образом, чтобы они

состояли из простых элементарных движений. Характерной особенностью обучающихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью является инертность нервных процессов, их стереотипность и обусловленные этим трудности переключения с одного действия на другое. Попадая в непривычную для них обстановку, обучающиеся не могут воспроизвести даже хорошо знакомые физические упражнения. Поэтому при планировании уроков необходимо предусмотреть разучивание одних и тех же упражнений в различных условиях.

На уроках по предмету «Адаптивная физическая культура» обучающихся учат:

- в разнообразной двигательной деятельности осознанно относиться к выполнению движений;
- согласовывать двигательные, интеллектуальные, волевые и эмоциональные усилия для закрепления формируемых навыков;
- дисциплинированности, организованности, ответственности, максимальной самостоятельности во время занятий физическими упражнениями и элементарными видами спорта.

В процессе обучения адаптивной физкультуре обучающихся:

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

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

Описание места учебного предмета в Учебном плане

Учебный предмет «Адаптивная физкультура» входит в предметную область «Физическая культура».

Реализация рабочей программы учебного предмета «Адаптивная физкультура» (5 класс) рассчитана на 68 часов, (34 учебные недели, по 2 часа в неделю.)

Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета «Адаптивная физкультура»

Личностные результаты освоения программы:

- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как «я»;
- социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей;
- формирование уважительного отношения к окружающим;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично – изменяющемся и развивающемся мире развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына (дочери), пассажира, покупателя);
- развитие мотивов учебной деятельности и формирования личностного смысла учения;

- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям

Мониторинг базовых учебных действий

В процессе обучения осуществляется **мониторинг всех групп БУД**, который отражает индивидуальные достижения обучающихся и позволит делать выводы об эффективности проводимой в этом направлении работы.

Для оценки сформированности каждого действия используется система реально присутствующего опыта деятельности и его уровня.

- Деятельность осуществляется на уровне совместных действий с педагогом;
- Деятельность осуществляется по подражанию;
- Деятельность осуществляется по образцу;
- Деятельность осуществляется по последовательной инструкции;
- Деятельность осуществляется с привлечением внимания обучающегося взрослым к предмету деятельности;
- Самостоятельная деятельность;
- Умение исправить допущенные ошибки.

Для оценки степени дифференцированности отдельных действий и операций внутри целостной деятельности используются условные обозначения:

- Действие (операция) сформировано – «ДА»;
- Действие осуществляется при сотрудничестве взрослого – «ПОМОЩЬ»;
- Действие выполняется частично, даже с помощью взрослого – «ЧАСТИЧНО»;
- Действие (операция) пока недоступно для выполнения – «НЕТ».

Выявление уровня сформированности и доступности тех или иных видов деятельности, позволяет судить об уровне развития психических процессов, их обеспечивающих, т. е. критерии доступности и сформированности тех или иных видов деятельности позволяют оценить зону актуального развития обучающегося и выбрать содержание индивидуальной программы курса.

Содержание учебного предмета «Адаптивная физкультура»

Содержание программы отражено в двух разделах: «Коррекционные подвижные игры», «Физическая подготовка».

Коррекционные подвижные игры.

Цель: формирование ориентировки в пространстве, приучение действовать по сигналу, развивать ловкость, координацию движений, внимание посредством игр.

Планируемые результаты:

Предметные:

- уметь соблюдать последовательности действий в игре;
- уметь соблюдать правила игры;
- уметь соблюдать правила игры с предметами.

Познавательные:

- уметь выделять существенные отличия хорошо знакомых предметов;

- уметь делать простейшие общения, сравнения;
- уметь работать с несложной информацией (понимать изображение, видео, устное высказывание).

Коммуникативные:

- уметь выразить свои желания и просьбы на уровне ученик-учитель;
- слушать и отвечать на вопросы взрослого;
- владеть элементарными навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия.

Регулятивные:

- понимать системы общепринятых правил и требований;
- уметь устанавливать коммуникативные связи и соблюдение этической и дисциплинарной дистанции при взаимодействии с окружающими людьми;
- придерживаться учебному поведению.

Физическая подготовка.

Строевые и физические упражнения, прыжки, ползание и лазание, бросок и ловля мяча, броски мяча на дальность.

Цель: создание системы педагогической работы, направленной на всестороннее физическое развитие детей, укреплении их здоровья повышение функциональных возможностей организма.

Планируемые результаты:

Предметные:

Сформировать умения и навыки:

- уметь выполнять строевые упражнения (колонна, шеренга);
- уметь встать в круг;
- уметь размыкаться на вытянутые руки в стороны, на вытянутые руки вперед;
- уметь выполнять повороты на месте в разные стороны;
- уметь ходить и бегать в колонне по одному и по двое;
- уметь прыгать на двух ногах, на одной, ноги врозь на месте и с продвижением вперед;
- уметь перепрыгивать с одной ноги на другую на месте;
- уметь ползать, переползать;
- уметь лазать по гимнастической стенке вверх, вниз, в стороны;
- уметь катать мяч двумя и одной рукой;
- уметь бросать и ловить мяч двумя и одной рукой;
- уметь отбивать мяч;
- уметь метать мяч на дальность;
- уметь метать мяч в цель.

Познавательные:

- уметь действовать по сигналу;
- уметь выполнять упражнения под счет и музыку;
- знать используемый спортивный инвентарь и виды спорта;
- знать название основных видов двигательных действий;
- знать разновидности мячей.

Коммуникативные:

- уметь выразить свои желания и просьбы на уровне ученик-учитель;
- слушать и отвечать на вопросы взрослого;
- владеть элементарными навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия.

Регулятивные:

- понимать системы общепринятых правил и требований;
- придерживаться учебному поведению.
- уметь выполнять действия по словесной инструкции;
- уметь слушать команды.

Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности

№	Тема урока	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности
1	Вводное занятие: инструктаж техники безопасности. Строевые упражнения.	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнения на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Инструктаж техники безопасности</p> <p>Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Строевые упражнения. Подготовка одежды и обуви для занятий физической культурой, переодевание.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: платочки.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
2	Ходьба, бег между предметов по сигналу вслед за направляющим.	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Разомкнуться на вытянутые руки в стороны, на вытянутые руки вперед. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Обучение бегу между предметов по сигналу вслед за направляющим. Развивать двигательную активность, внимание. Умение правильно бегать, дышать во время бега. Ходьба, бег по сигналу вслед за направляющим. Восстановительные упражнения. Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия. Дыхательная гимнастика.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мягкий модуль.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
3	Спортивный инвентарь и оборудование.	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Выполнение команд: «Напра-ВО!», «Нале-ВО!», « ШАГОМ МАРШ!». Повороты на месте переступанием. Разомкнуться на вытянутые руки в стороны, на вытянутые руки вперед. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Спортивный инвентарь и оборудование. Повторить название спортивного инвентаря, оборудования и снарядов. Подвижная игра. Упражнение на внимание, на расслабление</p>

			<p>мышц. Упражнения на восстановление дыхания. Пальчиковая гимнастика. Дыхательная гимнастика: вдох -2 выдоха, 2 вдоха – выдоха. Динамическая игра, с использованием оборудования: мешочек с песком, кегли. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
4	Построение по ориентирам (по разметке) в шеренгу, колонну из колонны в круг по сигналу.	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Построение по ориентирам (по разметке) в шеренгу, колонну из колонны в круг по сигналу. Разомкнуться на вытянутые руки в стороны, на вытянутые руки вперед. Ходьба, бег в колонне. Развивать двигательную активность, внимание. Закреплять знания по теме «Спортивный инвентарь, виды спорта». Пальчиковая гимнастика. Ходьба колонной за направляющим. Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
5	Передача предметов из рук в руки, под ногой на месте и в движении	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Разомкнуться на вытянутые руки в стороны, на вытянутые руки вперед. Упражнения из исходных положений: «стоя», «сидя», «лежа» с показом учителя, самостоятельно. Развивать у детей умение согласовывать движение со словами. Передача предметов из рук в руки, под ногой на месте и в движении. Пальчиковая гимнастика. Упражнение на расслабление мышц. Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха. Динамическая игра, с использованием оборудования: большой, маленький мяч. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
6	Ходьба и бег с различными положениями мяча.	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Разомкнуться на вытянутые руки в стороны, на вытянутые руки вперед. Упражнения под счет и музыку с показом учителя, самостоятельно. Ходьба и бег с различными положениями мяча. Игры с мячом в парах. Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия. Упражнения на растяжку и гибкость. Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p>

			Динамическая игра, с использованием оборудования: кубики, мяч. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
7	Бросок и ловля мяча самостоятельно	1	Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Разомкнуться на вытянутые руки в стороны, на вытянутые руки вперед. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Развивать у детей умение согласовывать движение со словами. Бросок и ловля мяча самостоятельно. Подвижная игра с мячом. Упражнения на восстановление дыхания. Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха. Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, мешочек с песком. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
8	Входной контроль успеваемости 2022-2023 учебного года.	1	Организация начало урока. Контрольные упражнения: 1. Передача предметов из рук в руки, под ногой на месте и в движении; 2. Выполнение команд: «Напра-ВО!», «Нале-ВО!», « ШАГОМ МАРШ!»). Повороты на месте переступанием; 3. Упражнения на внимание. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
9	Прыжки через обруч	1	Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы с мячом, бег, ходьба друг за другом. Разомкнуться на вытянутые руки в стороны, на вытянутые руки вперед. Упражнения под счет и счет с обручем по показу учителя, самостоятельно. Прыжки через обруч. Игры с обручем. Просмотр видео «Спортивные соревнования». Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха. Динамическая игра, с использованием оборудования: кегли, обруч. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.

10	Ходьба и бег по дорожкам с препятствиями.	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку и счет с показом учителя, самостоятельно. Развивать сенсорное восприятие. Развивать двигательную активность, внимание. Ходьба и бег по дорожкам с препятствиями. Восстановительные упражнения. Упражнения на растяжку и гибкость.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мягкий модуль.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
11	Упражнения и игры в кругу с мячом	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Построения в круг. Упражнения и игры в кругу с мячом. Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия. Упражнения на восстановление дыхания.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
12	Разновидности ходьбы и бега с остановкой по условному зрительному или звуковому сигналу.	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, подскоки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Разновидности ходьбы и бега с остановкой по условному зрительному или звуковому сигналу. Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия. Восстановительные упражнения.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: скакалка, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
13	Прокатывание мяч одной рукой друг другу	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие» Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, подскоки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Прокатывание мяча одной рукой друг другу. Самостоятельно по</p>

			<p>сигналу. Развивать двигательную активность, внимание. Игры на выполнение прокатывания мяча двумя, одной рукой учителю. Восстановительные упражнения.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, гимнастическая палка, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
14	Бросок и ловля мяча в парах	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Бросок и ловля мяча в парах. Развивать самостоятельно по сигналу. Развивать двигательную активность, ловкость, внимание. Игры с мячом. Восстановительные упражнения. Пальчиковая гимнастика.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
15	Прокатывание мяча между предметами одной рукой.	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения из исходных положений: «стоя», «сидя», «лежа» с показом учителя, самостоятельно. Прокатывание мяча между предметами одной и другой рукой. Развивать самостоятельность развивать двигательную активность, внимание. Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия. Восстановительные упражнения.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: кегли, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
16	Элементы спортивных игр и спортивных упражнений	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения из исходных положений: «стоя», «сидя», «лежа» с показом учителя, самостоятельно. Ходьба по кругу, взявшись за руки. Найти на картинках показанные виды спорта с мячом. Узнавание волейбольного, футбольного, баскетбольного мяча. Элементы спортивных игр.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p>

			Динамическая игра, с использованием оборудования: кегли, мешочек с песком. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
17	Прыжки на двух ногах (с одной ноги на другую)	1	Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Прыжки на двух ногах (с одной ноги на другую). Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия. Развивать двигательную активность, координацию движений, внимание. Назвать по картинкам основные виды двигательных действий (наклоны, приседание и т.д.). Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха. Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
18	Выполнение прыжков на двух ногах и одной ноге на месте и с продвижением вперед самостоятельно по сигналу.	1	Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, подскоки, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Выполнение прыжков на двух ногах и одной ноге на месте и с продвижением вперед самостоятельно по сигналу. Развивать двигательную активность, внимание. Игры с выполнением прыжков на двух ногах зажав коленями мягкий модуль. Восстановительные упражнения. Пальчиковая гимнастика. Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха. Динамическая игра, с использованием оборудования: мягкий модуль. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
19	Прыжки на двух ногах на месте (с поворотами, с движениями рук)	1	Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет и музыку с показом учителя, самостоятельно. Прыжки на двух ногах на месте (с поворотами, с движениями рук). Показ видеоролика «Виды спорта с мячом». Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха. Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
20	Текущий	1	Организация начало урока.

	контроль успеваемости за 1 триместр 2022-2023 учебного года.		Контрольные упражнения: 1. Ходьба и бег по дорожкам с препятствиями; 2. Прыжки через обруч; 3. Бросок и ловля мяча в парах. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
21	Перешагивание и перепрыгивание через препятствия правым и левым боком	1	Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Перешагивание и перепрыгивание через препятствия правым и левым боком. Развивать двигательную активность, координацию движений, внимание. Упражнения на расслабления. Пальчиковая гимнастика. Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха. Динамическая игра, с использованием оборудования: гимнастическая палка, скакалка. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
22	Игры с элементами ОРУ: «Запомни и повтори»	1	Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие» Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учащегося, самостоятельно. Обучение совместной игре. Игры с элементами общеразвивающих упражнений: «Запомни и повтори». Назвать по картинкам основные виды двигательных действий (наклоны, приседание и т.д.). Восстановительные упражнения. Дыхательная гимнастика: вдох -2 выдоха, 2 вдоха – выдоха. Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, обруч. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
23	Игры с элементами спортивных игр		Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Игры с элементами спортивных игр «Мяч водящему», «Точная передача». Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия. Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха. Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.

24	Подбрасывание и ловля мяча двумя руками снизу.	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет и музыку с показом учителя, самостоятельно. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками снизу. Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия.</p> <p>Развивать двигательную активность, внимание.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, ленточки, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
25	Отбивание маленького мяча в пол двумя руками на месте и в движении	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Отбивание маленького мяча в пол двумя руками на месте и в движении. Показ видеоролика «Виды спорта с мячом» и найти на картинках показанные виды спорта. Упражнения на растяжку. Восстановительные упражнения.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: кубики, ленточки.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
26	Подбрасывание и ловля маленького мяча двумя руками снизу с продвижением вперед	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения из исходных положений: «стоя», «сидя», «лежа» с показом учителя, самостоятельно. Подбрасывание и ловля маленького мяча двумя руками снизу с продвижением вперед. Просмотр видеоролика «Спортивный инвентарь – вид спорта». Найти на картинках названные учителем виды спорта и их спортивный инвентарь.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
27	Броски и ловля	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра</p>

	мяча в ходьбе и беге		<p>«приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Броски и ловля мяча в ходьбе и беге. Найти на картинках названные учителем вид спорта и его инвентарь (фигурное катание – коньки, футбол – футбольный мяч, ворота и т.д).</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, ленточки, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
28	Коррекционные игры	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Коррекционные игры на внимание. Назвать по картинкам основные виды двигательных действий (наклоны, приседание и т.д.). Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мешочек с песком, гимнастическая палка.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
29	Подлезание под препятствия на животе, на четвереньках.	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Подлезание под препятствия на животе, на четвереньках. Пальчиковая гимнастика. Назвать по картинкам основные виды двигательных действий (наклоны, приседание и т.д.) Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, гимнастическая палка.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
30	Ходьба приставным шагом с перешагиванием через 2-3	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, подскоки, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения из исходных положений: «стоя», «сидя», «лежа» с показом учителя, самостоятельно. Ходьба</p>

	предмета разной формы по прямой		<p>приставным шагом с перешагиванием через 2-3 предмета разной формы по прямой. Развивать равновесие, координацию движений, внимание.</p> <p>Упражнения на растяжку и гибкость. Ходьба с предметом в руке.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
31	Пролезание через обручи	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения из исходных положений: «стоя», «сидя», «лежа» с показом учителя, самостоятельно. Пролезание через обручи 2-3 шт. (боковым способом). Назвать по картинкам основные виды двигательных действий (наклоны, приседание и т.д.). Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: кегли, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
32	Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете «Строим дом».		<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Игры – эстафеты «Строим дом». Восстановительные упражнения. Найти на картинках названные учителем виды спорта.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мягкий модуль.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов</p>
33	Отбивание мяча в пол двумя и одной рукой на месте, с продвижением вперед	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет и музыку с показом учителя, самостоятельно. Отбивание мяча в пол двумя и одной рукой на месте, с продвижением вперед. Развивать двигательную активность, внимание. Восстановительные упражнения.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: гимнастическая палка, обруч.</p>

			Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
34	Поочередные отбивание мяча в пол правой и левой руками на месте		<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Поочередные удары мяча в пол правой и левой руками на месте.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
35	Ходьба с передачей предмета из одной руки в другую вокруг себя в одну и в другую сторону	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Обучение ходьбе с передачей предмета из одной руки в другую вокруг себя в одну и в другую сторону. Развивать, равновесие, координацию движений, двигательную активность, внимание. Упражнения на растяжку и гибкость. Пальчиковая гимнастика.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
36	Ходьба по сенсорной тропе.	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в ряд. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Развивать тактильные ощущения. Развивать двигательную активность, внимание. Ходьба по сенсорной тропе. Восстановительные упражнения. Назвать по картинкам основные виды двигательных действий (наклоны, приседание и т.д.).</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, кегли.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
37	Игры - эстафеты	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с</p>

			<p>показом учителя, самостоятельно. Игры - эстафеты. Восстановительные упражнения. Найти на картинках названные учителем виды спорта.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, кегля, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
38	Игры – эстафеты с предметами	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку и счет с показом учителя, самостоятельно. Игры – эстафеты с предметами. Развивать двигательную активность, координацию движений. Восстановительные упражнения. Пальчиковая гимнастика.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, кегля, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
39	Коррекционные игры с маленьким мячом и обручем	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Развивать двигательную активность, внимание. Коррекционные игры с маленьким мячом и обручем. Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
40	Прыжки на двух ногах и одной ноге на месте и с продвижением вперед самостоятельно по сигналу.	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, подскоки, прыжки, ходьба друг за другом, Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Выполнение прыжков на двух ногах и одной ноге на месте и с продвижением вперед самостоятельно по сигналу. Развивать двигательную активность, внимание. Игры с выполнением прыжков на двух ногах зажав коленями мягкий модуль. Восстановительные упражнения. Пальчиковая гимнастика.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мягкий модуль.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>

41	Текущий контроль успеваемости за 2 триместр 2022-2023 учебного года.	1	<p>Организация начало урока.</p> <p>Контрольные упражнения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба приставным шагом перешагивая 2-3 предмета разной формы. 2. Отбивание мяча в пол двумя и одной рукой на месте, с продвижением вперед. 3. Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете «Строим дом». <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
42	Разновидности ходьбы и бега парами с остановкой по условному зрительному сигналу с предметом.	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Разновидности ходьбы и бега парами с остановкой по условному зрительному сигналу с предметом. Коррекционные упражнения. Найти на картинках названные учителем виды спорта.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
43	Разновидности ходьбы с остановкой по условному звуковому и зрительному сигналу с предметом	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Разновидности ходьбы с остановкой по условному звуковому и зрительному сигналу с предметом. Развивать самостоятельность развивать двигательную активность, внимание.</p> <p>Восстановительные упражнения. Пальчиковая гимнастика.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
44	Прокатывание мяча правой и левой рукой в цель.	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Обучение прокатывать мяч двумя руками в цель. Развивать самостоятельность развивать двигательную активность, силу, внимание. Прокатывание мяча правой и левой рукой в цель. Упражнения на растяжку, гибкость. Восстановительные упражнения. Назвать</p>

			по картинкам основные виды двигательных действий (наклоны, приседание и т.д.). Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха. Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
45	Метание в вертикальную цель	1	Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет и музыку с показом учителя, самостоятельно. Метание в вертикальную цель. Пальчиковая гимнастика. Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха. Динамическая игра, с использованием оборудования: кубики, ленточки. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
46	Метание в горизонтальную цель	1	Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Развивать двигательную активность, внимание. Метание в горизонтальную цель. Найти на картинках названные учителем виды спорта с мячом и спортивный инвентарь. Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха. Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
47	Перепрыгивание правым и левым боком, через канат, лежащий на полу с продвижением вперед	1	Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Развивать двигательную активность, ловкость, внимание. Перепрыгивание правым и левым боком, через канат, лежащий на полу с продвижением вперед. Пальчиковая гимнастика. Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха. Динамическая игра, с использованием оборудования: мягкий модуль Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов
48	Игры с элементами	1	Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.

	спортивных игр		<p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Игры с элементами спортивных игр. Развивать двигательную активность, координацию движений, внимание. Назвать по картинкам основные виды двигательных действий (наклоны, приседание и т.д.).</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мягкий модуль.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов</p>
49	Самостоятельное выполнение подскоков и прыжков на правой и левой ноге	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом, Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Самостоятельное выполнение подскоков и прыжков на правой и левой ноге. Развивать самостоятельность. Развивать двигательную активность, координацию движением, внимание. Восстановительные упражнения. Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мягкий модуль</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
50	Прыжки «ноги вместе-ноги врозь» через обручи (классики)	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Прыжки «ноги вместе-ноги врозь» через обручи (классики). Развивать двигательную активность, внимание. Найти на картинках названные учителем виды спорта и спортивный инвентарь. Пальчиковая гимнастика.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
51	Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед правым и левым боком	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Прыжки на двух ногах через скакалку лежащую на полу, слегка</p>

	через обручи		<p>продвигаясь вперед правым и левым боком через обручи. Развивать двигательную активность, внимание. Упражнения на растяжку и гибкость.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
52	Полоса препятствий	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения из исходных положений: «стоя», «сидя», «лежа» с показом учителя, самостоятельно. Полоса препятствий.</p> <p>Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
53	Соблюдение правил игры «Пятнашки»	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Соблюдение правил игры «Пятнашки». Восстановительные упражнения. Найти на картинках названные учителем .</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
54	Соблюдение правил игры «Мыши и кот».	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в ряд. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Обучение совместной игре. Подвижная игра «Мыши и кот».</p> <p>Пальчиковая гимнастика.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, гимнастическая палка.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
55	Чередование бега в медленном,	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p>

	среднем и быстром темпе.		<p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Чередование бега в медленном, среднем и быстром темпе. Развивать двигательную активность, внимание. Упражнения на растяжку, гибкость. Пальчиковая гимнастика. Восстановительные упражнения. Пальчиковая гимнастика.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мешочек с песком, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
56	Бег с препятствиями	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Бег с препятствиями. Восстановительные упражнения. Найти на картинках названные учителем виды спорта и спортивный инвентарь. Упражнения на растяжку, гибкость.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
57	Боковой галоп	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет и музыку с показом учителя, самостоятельно. Боковой галоп. Восстановительные упражнения. Разделить самостоятельно картинки на виды спорта и спортивный инвентарь.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
58	Бег захлестыванием голени	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Бег захлестыванием голени. Восстановительные упражнения. Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p>

			Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, кегли. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
59	Соблюдение правил игры «Рыбаки и рыбки».	1	Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Обучение совместной игре. Соблюдение правил игры «Рыбаки и рыбки». Пальчиковая гимнастика. Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха. Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
60	Лазание на гимнастическую стенку вверх - вниз самостоятельно	1	Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Лазание на гимнастическую стенку на вверх – вниз самостоятельно. Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия. Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха. Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
61	Лазание на гимнастическую стенку вверх - в сторону самостоятельно	1	Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Лазание на гимнастическую стенку на вверх – в сторону самостоятельно. Развивать координацию движений. Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха. Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
62	Метание малого мяча одной рукой с места в горизонтальную цель		Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Метание малого мяча одной рукой с места в горизонтальную цель снизу, стоя лицом к направлению метания. Восстановительные упражнения. Пальчиковая гимнастика.

			<p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов</p>
63	Метание малого мяча одной рукой с места в вертикальную цель		<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Метание малого мяча одной рукой с места в вертикальную цель, способом из-за головы через плечо, стоя лицом к направлению метания. Восстановительные упражнения. Пальчиковая гимнастика.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов</p>
64	Бег с высоким подниманием бедра	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Бег с высоким подниманием бедра. Восстановительные упражнения. Упражнения на гибкость и растяжку.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
65	Коррекционные игры с мешочком с песком	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Развивать двигательную активность, внимание. Коррекционные игры с мешочком с песком. Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
66	Промежуточный контроль успеваемости за	1	<p>Организация начало урока.</p> <p>Контрольные упражнения:</p> <p>1. Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед правым и левым боком через обручи.</p>

	2022-2023 учебный год.		2. Метание малого мяча одной рукой с места в горизонтальную цель. 3. Соблюдение правил игры «Рыбаки и рыбки». Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
67	Игры с элементами спортивных игр.	1	Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в ряд. Игра «приветствие» Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Развивать двигательную активность, внимание. Соблюдения правил совместной игры. Игры с элементами спортивных игр. Восстановительные упражнения. Упражнения на гибкость и растяжку. Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха. Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, кубики. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
68	Подвижные игры. «Болото».	1	Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в ряд. Игра «приветствие» Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Обучение совместной игре. Развивать дружеское отношение в коллективе. Подвижная игра «Болото». Восстановительные упражнения. Упражнения на гибкость и растяжку. Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха. Динамическая игра, с использованием оборудования: скакалка, обруч. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
	Итого	68	

**Описание материально – технического обеспечения учебного предмета
«Адаптивная физическая культура»**

№п/п	Наименование	Количество
1.	Мат поролоновый	1
2.	Мягкий модуль	1
3.	Канат	1
4.	Дорожка «массажная»-	1
5.	Набор «Следочки-Ладочки»	1
6.	Набор балансировочные платформы "Речные камни"	1
7.	Полусфера балансировочная	8
8.	Набор «Коврик массажный»	1
9.	Коврик массажный "Микс универсальный" из 8 модулей (шипы, шишки, ежики, трава)	1
10.	Дартс Дисней с мячиками (дротиками) на липучках	2
11.	Кольцеброс	2
12.	Подушка воздушная	2

Дидактический материал

№п/п	Наименование
1.	Картинки с изображением видов спорта
2.	Игрушки мелкие пластмассовые (шарики, кубики)
3.	Игрушки со съемными деталями
4.	Картинки с изображением спортивного инвентаря
5.	Картинки с изображением животных

Раздаточный материал

№п/п	Наименование	Количество
1.	Мячи в ассортименте	20
2.	Флажки	6
3.	Мячи «ежики»	10
4.	Гимнастические палки	10
5.	Обручи	10
6.	Кегли	6
7.	Мешочек с песком	10
8.	Ленточки	10
9.	Кубики	6
10.	Конусы	5
11.	Гантели	10
12.	Скакалки	10

Учебно – методическая и справочная литература

№ п/п	Наименование	Автор	Издательство, год издания	Кол – во экземпляров

Литература для учителя				
1.	Адаптивная физическая культура в школе. Начальная школа	О.Э Аксенова, С. П. Евсеев	СПб., ГАФК им. П. Ф. Лесгафта, 2003г.	1
2.	Психолого-педагогическая дифференциация детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития	С. Д. Забрамная, Исаева Т. Н.	Москва, «Владос», 2014 г.	1
3.	Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью	Л.Б. Баряева, Н.Н. Яковлева	СПб., ЦДК, 2013г.	1
4.	«Обучение сюжетно-ролевой игре детей с проблемами интеллектуального развития: Учебно-методическое пособие	Л.Б. Баряева, А. Зарин	Изд-во РГРУ А.И. Герцена, 2011г.	1
5.	Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями развития	Л. В. Шапкова	М.: Советский спорт, 2002г.	1
6.	Адаптивная физкультура с основами кинезитерапии	С.М. Бубновский	М., 2-е дополнительное издание, 2008г.	1
7.	«Необучаемый» ребенок в семье и обществе. Социализация детей с нарушением интеллекта. – 2-е изд., переработано и дополненное	Л.М. Шипицина	СПб., «Речь», 2005г.	1
8.	Физическое развитие ребенка в дошкольном возрасте.	Н.Н. Ефименко	М., «Дрофа», 2014г.	1
9.	Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития	Л.Н. Ростомашвили	М., Советский спорт, 2015г.	1