

Министерство образования и науки Алтайского края  
КГБОУ «Барнаульская общеобразовательная школа – интернат № 1»

Рассмотрено  
30.08.2023 г.  
на педагогическом  
совете № 1

Согласовано  
заместитель директора  
по учебно – воспитательной  
работе



Т.В. Королёва

Утверждаю  
директор



Т.Г. Матвеева

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
коррекционного курса  
«Двигательное развитие»  
4 класс вариант 2  
2023-2024 учебный год.

Разработчик:  
учитель  
А.К. Каузов

г. Барнаул, 2023

## 1. Пояснительная записка

Рабочая программа разработана в соответствии с:

- Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 03.07.2016);
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)";
- Приказом Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 г. № 1026 "Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)";
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2) КГБОУ «Барнаульская общеобразовательная школа – интернат № 1»;
- Учебным планом КГБОУ «Барнаульская общеобразовательная школа-интернат № 1» на 2023-2024 уч. год;
- Годовым календарным учебным планом – графиком КГБОУ «Барнаульская общеобразовательная школа-интернат №1» на 2023-2024 уч. год.

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. У большинства обучающихся с ТМНР имеются тяжелые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся. Поэтому работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков является целью занятий. Структура рабочей программы составляет собой целостный документ, включающий в себя семь разделов: пояснительную записку, общая характеристика учебного предмета, описание места учебного предмета в учебном плане, личностные и предметные результаты освоения учебного предмета, содержание учебного предмета, календарно-тематическое планирование, материально-технического обеспечения.

## 2. Общая характеристика учебного предмета

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. У большинства детей с ТМНР имеются тяжелые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся.

**Цель занятий:** работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков.

**Основные задачи:** мотивация двигательной активности, поддержка и развитие имеющихся движений, расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений; освоение новых способов передвижения, включая передвижение с помощью

технических средств реабилитации. Целенаправленное развитие движений на специально организованных занятиях, которые проводятся инструкторами лечебной физкультуры и/или учителями адаптивной физкультуры.

### **Организация образовательного процесса**

Рабочая программа коррекционного курса «**«Двигательное развитие»**» для обучающихся 4 класса обеспечивает удовлетворение особых образовательных потребностей, обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), необходимую коррекцию недостатков в психическом и/или физическом развитии. Программа реализуется в части, формируемой участниками образовательных отношений, годового учебного плана АООП (вариант 2) для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и направлена на формирование полноценного восприятия окружающей действительности

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. У большинства детей с ТМНР имеются тяжелые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся. Поэтому работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков является целью занятий.

Основные задачи: мотивация двигательной активности, поддержка и развитие имеющихся движений, расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений; освоение новых способов передвижения, включая передвижение с помощью технических средств реабилитации. Целенаправленное развитие движений на специально организованных занятиях, которые проводятся учителями адаптивной физкультуры.

Развитие двигательных умений у обучающихся с детским церебральным параличом тесно связано с профилактикой возникновения у них патологических состояний. В ходе работы тело обучающегося фиксируется в таких позах (горизонтальных, сидячих, вертикальных), которые снижают активность патологических рефлексов, обеспечивая максимально комфортное положение обучающегося в пространстве и возможность реализации движений. Придание правильной позы и фиксация обеспечивается при помощи специального оборудования и вспомогательных приспособлений с соблюдением индивидуального режима. Такая работа организуется в физкультурном зале, в классе и дома в соответствии с рекомендациями врача-ортопеда и специалиста по лечебной физкультуре. Обеспечение условий для придания и поддержания правильного положения тела создает благоприятные предпосылки для обучения обучающегося самостоятельным движениям, действиям с предметами, элементарным операциям самообслуживания, способствует развитию познавательных процессов.

### **3. Описание места учебного предмета в учебном плане**

Коррекционный курс «Двигательное развитие» входит часть, формируемую участниками образовательных отношений. Общий объем нагрузки и максимальный объем нагрузки обучающихся определен требованиями Стандарта и ФАООП.

В учебном плане коррекционный курс представлен с расчетом по 2 часа в неделю, 68 часов в год. (34 недели, по 2 часа в неделю).

### **4. Планируемые результаты освоения обучающимися коррекционного курса «Двигательное развитие»**

1. Активизация защитных сил организма ребёнка.
2. Выработка устойчивой правильной осанки, укрепление и сохранение гибкости позвоночника, предотвращающие его деформации.
3. Укрепление и развитие мышечной системы, нормализация работы опорно-двигательного аппарата.

4. Воспитание в детях чувство внутренней свободы, уверенности в себе, своих силах и возможностях своего тела.

5. Развитие общей организованности, их внимания, фантазии, доброжелательности.

**Задачи и направления:**

1. создание благоприятных условий, способствующих формированию здорового образа жизни, умственному, физическому, эмоциональному развитию личности;

2. обеспечение психолого-педагогической реабилитации, социальной адаптации и интеграции в общество обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;

3. организация коррекционно-образовательного и воспитательного процесса в интересах личности, общества и государства с учётом психофизических возможностей и особенностей воспитанников с умственной отсталостью:

- развитие познавательных процессов обучающихся на основе разнообразных видов предметно-практической деятельности на доступном для детей уровне;

- формирование прикладных, трудовых, творческих умений обучающихся;

- формирование доступных норм и правил поведения в обществе людей, способов индивидуального взаимодействия воспитанников с окружающим миром.

4. обеспечение охраны прав и интересов обучающихся, охраны и укрепления здоровья воспитанников;

5. осуществление образовательного процесса в соответствии с уровнями образовательных программ.

Наряду с вышеуказанными задачами в коррекционном курсе «Двигательное развитие» решаются и **специальные задачи**, направленные на коррекцию умственной деятельности школьников:

- развитие тактильных ощущений кистей рук и расширение тактильного опыта;

- развитие зрительного восприятия;

- развитие зрительного и слухового внимания;

- развитие вербальных и невербальных коммуникативных навыков;

- формирование и развитие реципрокной координации;

- развитие пространственных представлений;

- развитие мелкой моторики, зрительно-моторной координации.

Целенаправленное двигательное развитие в рамках курса происходит на специально организованных занятиях, проводимых инструкторами лечебной физкультуры и/или учителями адаптивной физкультуры. При обучении учитывается неоднородность состава класса (группы) и осуществляется индивидуальный подход к учащимся.

**Формы организации** познавательной деятельности учащихся: индивидуальные, групповые.

**Практическая полезность** курса обусловлена тем, что предполагает формирование умений пользоваться полученными знаниями для решения соответствующих возрасту житейских задач. У детей с тяжелой интеллектуальной недостаточностью не развита познавательная деятельность, все мыслительные операции (анализ, синтез, сравнения, обобщения), имеются значительные пробелы в элементарных знаниях. Они затрудняются самостоятельно использовать имеющиеся у них знания. Перенос полученных знаний и умений, их применение в несколько изменившихся условиях, самостоятельный анализ ситуации, выбор решения даже простых жизненных задач - все это составляет трудность для детей данной категории. Поэтому важно не только дать этим детям определенную сумму знаний, но и выработать у них умение действовать в конкретных жизненных ситуациях, придать знаниям бытовую, ситуационную приспособленность.

При обучении используются следующие **принципы**:

- коррекционно-речевой направленности, воспитывающий и развивающий принципы;

- доступности обучения;

- систематичности и последовательности;

- наглядности в обучении;
- индивидуального и дифференцированного подхода в обучении и т.д.

Программа ориентирована на обязательный учёт индивидуально-психологических особенностей учащихся, так как воспитанники коррекционной школы представляют собой весьма разнородную группу детей по сложности дефекта. Поэтому важен не только дифференцированный подход в обучении, но и неоднократное повторение, закрепление. Процесс обучения носит развивающий характер и одновременно имеет коррекционную направленность. При обучении происходит развитие познавательной деятельности, речи, эмоционально-волевой сферы воспитанников с ограниченными возможностями здоровья.

Процесс обучения неразрывно связан с решением *специфической задачи* – коррекцией и развитием познавательной деятельности, личностных качеств ребенка, а также воспитанием трудолюбия, самостоятельности, терпеливости, настойчивости, любознательности, формированием умений планировать свою деятельность.

### **Особенности обучения**

Коррекционный курс «Двигательное развитие» является инвариантной частью учебного плана, согласно которому на его изучение в 3 классе отводится 2 часа в неделю, 68 часов в год. Занятия проводятся продолжительностью 20 - 40 минут. На них ведущая роль принадлежит педагогу. Для обучения создаются такие условия, которые дают возможность каждому ребенку работать в доступном темпе, проявляя возможную самостоятельность. Учитель подбирает материал по объему и komponует по степени сложности, исходя из особенностей развития каждого ребенка.

В процессе занятий учитель может использовать различные виды деятельности: игровую (сюжетно-ролевую, дидактическую, театрализованную, подвижную игру).

### **Оценка результативности учебной деятельности**

Предметом итоговой оценки освоения обучающимися адаптированной основной образовательной программы общего образования должно быть достижение предметных результатов освоения адаптированной основной образовательной программы для обучающихся с умственной отсталостью (вариант 2).

*Предметные результаты* связаны с овладением обучающимися содержанием образовательной области и характеризуют достижения обучающихся в усвоении знаний и умений, способность их применять в практической деятельности.

### **Требования к уровню подготовки учащихся**

В соответствии с требованиями ФГОС к адаптированной основной образовательной программе для обучающихся с умственной отсталостью (вариант 2) результативность обучения может оцениваться только строго индивидуально с учетом особенностей психофизического развития и особых образовательных потребностей каждого обучающегося. В связи с этим, требования к результатам освоения образовательных программ представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

### **Планируемые результаты освоения программы в 4 классе**

#### **Личностные результаты:**

- Овладение начальными навыками адаптации в классе.
- Развитие мотивов учебной деятельности.
- Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
- Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

#### **Предметные результаты:**

1. Развитие элементарных пространственных понятий.
2. Знание частей тела человека.

3. Знание элементарных видов движений.
4. Умение выполнять исходные положения.
5. Умение бросать, перекладывать, перекачивать.
6. Умение управлять дыханием.

#### **Система контрольно-измерительных материалов**

Этапы мониторинга:

1. Стартовая диагностика: проводится в начале учебного года, для выявления уровня актуального развития ребёнка, его потенциальные возможности.
2. Итоговая диагностика: проводится в конце учебного года, определяет характер динамики развития и позволяет составить дальнейший образовательный маршрут ребёнка или класса.

#### **5. Содержание программы**

Удержание головы в положении лежа на спине (на животе, на боку (правом, левом), в положении сидя. Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), повороты (вправо, влево в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), «круговые» движения (по часовой стрелке и против часовой стрелки).

Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые».

Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание. Выполнение движений плечами.

Опора на предплечья, на кисти рук. Бросание мяча двумя руками (от груди, от уровня колен, из-за головы), одной рукой (от груди, от уровня колен, из-за головы). Отбивание мяча от пола двумя руками (одной рукой).

Ловля мяча на уровне груди (на уровне колен, над головой). Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот с живота на спину. Изменение позы, в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Изменение позы, в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Вставание на четвереньки. Ползание на животе (на четвереньках). Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения «лежа на спине». Вставание на колени из положения «сидя на пятках». Стояние на коленях. Ходьба на коленях. Вставание из положения «стоя на коленях».

Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад. Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры), по наклонной поверхности (вверх, вниз; с опорой, без опоры), по лестнице (вверх, вниз; с опорой, без опоры). Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе). Бег с высоким подниманием бедра (захлестывая голень назад, приставным шагом). Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево). Прыжки на одной ноге. Удары по мячу ногой с места (с нескольких шагов, с разбега).

## 6. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

| №          | Тема  | Кол. часов | Дата | Основные понятия       | Основные виды деятельности   | Коррекционная работа  |
|------------|---|------------|------|------------------------|--|---|
| 1.<br>2.   | Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет.                 | 2          |      | Хлопок                 | Слушают правила выполнения упражнений, делают упражнения под руководством учителя.                           | Коррекция памяти через разучивание и выполнение упражнений.   |
| 3.<br>4.   | Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях                     | 2          |      | Глубина дыхания        | Слушают правила выполнения упражнений, делают упражнения под руководством учителя.                           | Коррекция произвольного внимания через развитие умения слушать и слышать свое дыхание, наблюдая при этом за ощущениями тела.                          |
| 5.<br>6.   | Движение руками в исходных положениях.<br>Движение предплечий и кистей рук. | 2          |      | Моторика               | Упражнения на развитие двигательной координации.   | Коррекция внимания на основе упражнений на узнавание.<br>Корригировать недостатки общей моторики через достижение координации дыхания, движений тела. |
| 7.<br>8.   | Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа.                   | 2          |      | Согласованность        | Выполнение движений пальцами рук: сгибание (разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак) разгибание. | Коррекция памяти на основе упражнений в запоминании.  |
| 9.<br>10.  | Движение плечами.   | 2          |      | Поворот                |  | Коррекция слухового восприятия и внимания через упражнения по сигналу учителя.  |
| 11.<br>12. | Наклоны головой.  | 2          |      | Упражнения на внимание | Выполнение движений головой: наклоны вправо, влево, вперед в положении лежа на спине, на животе, стоя, сидя. | Корригировать недостатки моторики через упражнения на равновесие с предметом на голове.   |
| 13.        | Наклоны туловищем.  | 2          |      | Кубик                  | Освоение двигательных навыков, последовательности движений,  | Формировать навыки выполнения действий по словесной инструкции  |

|            |  |   |  |                    |   |  |
|------------|--|---|--|--------------------|---|--|
| 14.        |  |   |  |                    | развитие координационных способностей.  | педагога.  |
| 15.<br>16. | Построение в обозначенном месте (в кругах, в квадратах). | 2 |  | Исходное положение | Уметь построиться в обозначенном месте по команде.  | Формировать навыки выполнения действий по словесной инструкции педагога.   |
| 17.<br>18. | Упражнения на равновесие. Сгибание стопы.                | 2 |  | Равновесие         | Выполнять упражнения по образцу, по команде. Тренировка навыков сгибания стопы.   | Корректировать недостатки слухового восприятия через активизацию произвольного слухового внимания, умения концентрироваться на слуховых образах.                       |
| 19.<br>20. | Упражнения для укрепления мышц туловища.                 | 2 |  | Предметы           | Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении.   | Развивать зрительное и слуховое восприятие. Развивать внимание, память, мыслительные процессы и операции.  |
| 21.<br>22. | Корректирующие упражнения. Игра с мячом.                 | 2 |  | Броски             | Соблюдать правила игры, последовательность передачи мяча.   | Развивать зрительное и слуховое восприятие. Развивать внимание, память, мыслительные процессы и операции.  |
| 23.<br>24. | Прыжок в длину с места                                   | 2 |  | Право, лево        | Освоение доступных способов контроля над функциями собственного.  | Сформировать навык выполнения элементарных упражнений.   |
| 25.<br>26. | Повороты на месте.                                       | 2 |  | Вперед, назад      | Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей.                            | Формировать навыки выполнения действий по словесной инструкции педагога.   |
| 27.<br>28. | Построение в круг по ориентиру. Игра «Птички» с обручем. | 2 |  | Вверх, вниз        | Тренировка навыков построения в круг по ориентиру. Выполнение двигательных действий, использование их в игровой деятельности. | Корректировать недостатки общей моторики через достижение координации дыхания, движений тела. Формировать навыки выполнения действий по словесной инструкции педагога. |



|            |  |   |  |                        |   |  |
|------------|--|---|--|------------------------|---|--|
| 29.<br>30. | Лазание по гимнастической стенке вверх (вниз, в стороны), по наклонной гимнастической скамейке вверх (вниз), по гимнастической сетке вправо (влево), по канату | 2 |  | Комбинация движений    | Слушают правила выполнения движений, делают их под руководством учителя.  | Корректировать недостатки мышления через развитие умения сравнивать, обобщать, делать элементарные выводы.           |
| 31.<br>32. | Вставание из положения «стоя на коленях»   | 2 |  | Право, лево            | Выполнение команды по показу, по образцу.   | Коррекция эмоционально-волевой сферы через формирование умения подчиняться командам учителя.                         |
| 33.<br>34. | Упражнения с мячом. Ловля мяча с поворотом на месте.   | 2 |  | Внимание. Право, лево. | Разучивание комплекса упражнений с мячом. Выполнение двигательных действий, использование их в игровой деятельности.        | Совершенствование двигательной координации.  |
| 35.<br>36. | Ползание на животе, на четвереньках  | 2 |  | Направо, налево        | Выполнение двигательных действий по образцу.  | Коррекция эмоционально-волевой сферы через формирование умения подчиняться правилам игры.                            |
| 37.<br>38. | Ловля мяча с поворотом на месте.   | 2 |  | Право, лево.           | Выполнение двигательных действий, использование их в игровой деятельности.  | Коррекция эмоционально-волевой сферы через формирование умения подчиняться правилам игры.                            |
| 39.<br>40. | Катание ступнями кеглей. Игра «Кто быстрее снимет»   | 2 |  | Кегли                  | Слушают правила выполнения упражнений, делают упражнения под руководством учителя.  | Воспитывать внимательность. Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении                         |
| 41.<br>42. | Ходьба по дорожке. (змейка). Ходьба на носках, на пятках.  | 2 |  | Хлопок                 | Правильное выполнение ходьбы по дорожке. Слушают правила выполнения упражнений, делают упражнения под руководством учителя. | Сформировать опыт самостоятельного преодоления затруднения под руководством педагога на основе рефлексивного метода. |
| 43.        | Катание гимнастических   | 2 |  | Катание                | Правильное выполнение упражнения с гимнастическими палками.   | Сформировать опыт самостоятельного преодоления затруднения под   |

|            |   |   |  |                    |  |   |
|------------|---|---|--|--------------------|--|---|
| 44.        | палок.  |   |  |                    | Выполнение двигательных действий, использование их в игровой деятельности.   | руководством педагога на основе рефлексивного метода.   |
| 45.<br>46. | Общие развивающие упражнения для ног. Игра «Передай мяч»          | 2 |  | Стопа              | Выполнение общих развивающих упражнений для ног.   | Сформировать опыт самостоятельного преодоления затруднения под руководством педагога на основе рефлексивного метода.            |
| 47.        | Упражнения для профилактики плоскостопия у гимнастической стенки. | 1 |  | Осанка             | Слушают правила выполнения упражнений, делают упражнения под руководством учителя.   | Формировать навыки управления своим дыханием при ходьбе.  |
| 48.<br>49. | Упражнения на гимнастических ковриках.                            | 2 |  | Равновесие         | Правила выполнения упражнения на гимнастических ковриках.  | Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение.   |
| 50.<br>51. | Упражнения с «парашютом». Катание ногами мячей.                   | 2 |  | Темп               | Слушают правила выполнения упражнений, выполняют по команде. Выполнять катание ногами мячей. Музыкально-ритмические упражнения.                  | Формировать навыки управления своими пальцами.  |
| 52.<br>53. | Упражнения с большим мячом. Игра под музыку «Птички»              | 2 |  | Наклоны            | Упражнения на развитие и совершенствование передачи мяча. Упражнения на развитие произвольного внимания, мышления, совершенствование равновесия. | Совершенствование двигательной координации. Коррекция зрительного и слухового внимания через разучиваемый комплекс упражнений.  |
| 54.<br>55. | Ловля мяча после отскока от пола двумя руками, одной.             | 2 |  | Сгибать, разгибать | Координация точности мелких движений кистью и пальцев.   | Корректировать недостатки внимания и восприятия: слухового, зрительного и сенсорного.   |
| 56.        | Упражнения с гимнастической палкой. Игра «Вот так позы».          | 1 |  | Наклоны            | Упражнения на развитие двигательной координации.   | Коррекция недостатков произвольности через развитие внимания, связанного с координацией слухового и двигательного анализаторов. |

|            |  |   |  |                         |  |  |
|------------|--|---|--|-------------------------|--|--|
| 57.<br>58. | Упражнения с обручем и без него. Игра «Проскачи через круг».   | 2 |  | Подъем                  | Упражнения на развитие произвольного внимания, мышления, совершенствование равновесия.           | Совершенствование двигательной координации. Коррекция зрительного и слухового внимания через разучиваемый комплекс упражнений. |
| 59.<br>60. | Самомассаж рук, головы, ног. Игра «Ну-ка отними».  | 2 |  | Ветер                   | Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости.                    | Формировать навыки взаимоконтроля; корректировать недостатки личностной сферы.   |
| 61.<br>62. | Ходьба с изменением темпа (направления движения)   | 2 |  | Темп                    | Умение радоваться своим успехам и успехам других.  | Коррекция недостатков моторного развития через совершенствование координации движений.   |
| 63.<br>64. | Катание мяча руками от себя. Катание мяча руками к себе.   | 2 |  | Ловкость                | Правила катания мяча, делают выполнение упражнения под руководством учителя.                     | Развитие умения соотносить названия действий с собственными движениями.  |
| 65.<br>66. | Преодоление препятствий при ходьбе (беге): перешагивание, перепрыгивание, подлезание, перелезание, обход (оббегание) | 2 |  | Медленный, быстрый темп | Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости.                    | Формировать навыки взаимоконтроля; корректировать недостатки личностной сферы.   |
| 67.<br>68. | Ходьба по различным предметам, передвижение боком.   | 2 |  |                         | Выполнение ходьбы боком по гимнастической палке, по обручу, по канату, по гимнастической стенке. | Корректировать недостатки слуховой памяти через развитие умения запоминать словесную инструкцию.                               |

## 7. Описание материально – технического обеспечения.

1. Дидактический материал: изображения (картинки, фото, пиктограммы) спортивного, туристического инвентаря; альбомы с демонстрационным материалом в соответствии с темами занятий.
2. Флажки.
3. Дорожка-змейка из каната (длина 2,0 м, диаметр каната 6 см),
4. Дорожки с различным покрытием (нашитые пуговицы, гладкая поверхность, меховая поверхность и др.).
5. Координационная лесенка.
6. Кубики, кегли и шары пластмассовые.
7. Кубы и кирпичи деревянные, из полимерных материалов.
8. Ленточки разных цветов и размеров (25 х 3 см, 12 х 3 см, 8 х 25 см, 2 х 25 см).
9. Мячи разного размера и цвета (большие, средние и маленькие, легкие и тяжелые).
10. Гимнастические маты.
11. Резиновый жгут.
12. Мешочки с наполнителем малые (масса 150-200 г).
13. Набор для игры в «Бочче».
14. Обручи разных размеров.
15. Гимнастическая стенка.
16. Гимнастические скамейки.
17. Набор для игры в «Бочче».
18. Лыжи, лыжные палки.
19. Велотренажер.
20. Беговая дорожка.

### Материально-техническое оснащение кабинета учителя физкультуры

| № п/п  | Наименования ТСО            | Количество |
|--|-----------------------------|------------|
| 1.   | Ноутбук Lenovo              | 1          |
| 2.   | Телевизор Samsung           | 1          |
| 3.   | МФУ Lazer Jet M 1132        | 1          |
| 4.   | Колонки к ноутбуку defender | 2          |
| <b>Дидактическое (демонстрационное) оборудование</b> |                             |            |
| 5.   | Мяч футбольный              | 4          |
| 6.   | Мяч волейбольный            | 4          |
| 7.   | Мяч баскетбольный           | 4          |

|     |                    |        |
|-----|--------------------|--------|
| 8.  | Скакалки           | 4      |
| 9.  | Сетка волейбольная | 1      |
| 10. | Дартс              | 1      |
| 11. | Шахматы            | 1      |
| 12. | Лыжи               | 14 пар |
| 13. | Лыжные палки       | 14 пар |
| 14. | Лыжные ботинки     | 14 пар |
| 15. | Пирамида под лыжи  | 1      |
| 16. | Коньки             | 3 пары |

| № п/п | Наименования имущества         | Количество |
|-------|--------------------------------|------------|
| 1.    | Стол письменный                | 1          |
| 2.    | Кресло                         | 1          |
| 3.    | Стул на колесах                | 1          |
| 4.    | Кресло-стул                    | 1          |
| 5.    | Зеркало                        | 1          |
| 6.    | Полка навеснаяпод кубки        | 1          |
| 7.    | Шкаф для спортивного инвентаря | 1          |
| 8.    | Зеркало                        | 1          |

#### Материально-техническое оснащение спортивного зала

| № п/п | Наименования ТСО  | Количество |
|-------|---|------------|
| 1.    | Гимнастические маты(утолщенные)   | 4          |
| 2.    | Скамейка большая  | 2          |
| 3.    | Скамейка маленькая  | 2          |
| 4.    | Встроенная универсальная шведская стенка с турником для подтягивания и тренажёром для мышц нижних конечностей | 3          |
| 5.    | Теннисный стол (Start line)   | 1          |

### Материально-техническое оснащение зала адаптивной физкультуры

| № п/п | Наименования ТСО  | Количество |
|-------|---|------------|
| 1.    | Гимнастические складные маты (утолщенные)   | 4          |
| 2.    | Мягкий конструктор 1 набор (16 предметов)   | 1          |
| 3.    | Вертикальные, силовые многофункциональные тренажеры   | 2          |
| 4.    | Вертикальные тренажеры для рук и ног с дисплеем   | 2          |
| 5.    | Вертикальные тренажеры с поручнями и дисплеем   | 2          |
| 6.    | Горизонтальные тренажеры с дисплеем, для ног(степы)   | 2          |
| 7.    | Горизонтальный ящик с 4 отделениями, для спортивного инвентаря  | 1          |
| 8.    | Вертикальный, открытый шкафчик с полками и вешалками (для вещей и инвентаря)                                | 1          |
| 9.    | Универсальные полусферы(для прыжков)  | 3          |
| 10.   | Вертикальный тренажер с изменением угла наклона, для мышц пресса  | 1          |
| 11.   | Горизонтальный тренажер для мышц пресса к шведской стенке   | 1          |
| 12.   | Набор для атлетической гимнастики 1 набор (2 малых штанги с замками. Блины: 4*10 кг,4*5кг,4*2,5кг,4*1,25кг) | 1          |
| 13.   | Гимнастические мячи (резиновые, большие)  | 7          |
| 14.   | Гимнастические палки (деревянные)   | 10         |
| 15.   | Гимнастические палки (пластиковые)  | 7          |
| 16.   | Обручи (железные)   | 3          |
| 17.   | Обручи (пластиковые)  | 1          |
| 18.   | Малые барьеры (деревянные)  | 6          |
| 19.   | Диски здоровья  | 5          |
| 20.   | Доски для равновесия  | 6          |
| 21.   | Маленькие мячи с наполнителем(облегченные)  | 20         |
| 22.   | Кегли (пластиковые)   | 10         |
| 23.   | Мишень  | 1          |
| 24.   | Вертикальная, передвижная деревянная, столешница  | 1          |

### Литература:

1. Физическая культура во вспомогательной школе. Е.С.Черник. Москва, «Учебная литература», 1997г.
2. Организация двигательной активности умственно отсталых детей. А.А.Дмитриев. Москва «Советский спорт», 1991г.
3. Занятия физической культурой со школьниками, отнесёнными к специальной медицинской группе. Н.Д.Рипа, В.К.Велитченко, С.С.Волкова. Москва, «Просвещение», 1988г.
4. Основы безопасности и жизнедеятельности 1 – 9 классы. И.К.Топоров. Москва, «Просвещение», 2004г.
5. Безопасный путь в школу. С.Новиков. Москва, 1996г.
6. Стихийные бедствия. Г.Райхард. Москва, 1996г.
7. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: 0-4 классы: под ред. И.М. Бгажноковой, 3-е изд. испр и допол. Изд: Просвещение- 2011-238 с.
8. Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта: программно- методические материалы// под. Ред. И.М. Бгажноковой- М.; Гуманитар. Изд.центр Владос, 2007-181 с.
9. Бернштейн Н.А. О ловкости и ее развитии.- М.: Ф и С, 1991.
10. Вайзман Н.П. Психомоторика умственно- отсталых детей.- М: Аграф, 1997.
11. Велитченко В.К. Физкультура для ослабленных детей.: Методическое пособие.- М.: Терра- Спорт, 2000.
12. Винеццев С. И. Оздоровление и коррекция психофизического развития учащихся начальных классов специальных ( коррекционных) школ VII вида в процессе обучения. Автограф. дис... канд.пед.наук.- Красноярск, 2000.
13. Выготский Л.С. игра и ее роль в психическом развитии ребенка // Вопросы психологии, 1966, №6.
14. Коваль В.В. Коррекционные игры во вспомогательной школе // Дефектология, 1991, № 5.
15. Страковская В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет.- М.: Новая школа, 1994.
16. Черник Е.С. Физическая культура во вспомогательной школе: Учебное пособие.- М., 1997.
17. Шапкова Л.В. Коррекционная функция адаптивного физического воспитания // Человек и его здоровье.- СПб., 1998
18. «Игры, развивающие психические качества личности школьника: Методическое пособие». Шмаков С. А. – М.: ЦГЛ, 2004
19. Программа образования учащихся с умеренной и тяжёлой умственной отсталостью» под редакцией Л. Б. Баряевой и Н. Н. Яковлевой, - СПб, 2011
20. Программно-методический материал «Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта» под редакцией профессора И.М. Бгажноковой, Москва, 2007.
21. Стребелева Е.А. Коррекционно-развивающее обучение детей в процессе дидактических игр: пособие для учителя-дефектолога/ Е.А.Стребелева. –М., 2008.
22. Аксенова О. Э. Адаптивная физическая культура в школе. Начальная школа/ О. Э. Аксенова, С. П. Евсеев// Под общей редакцией С. П. Евсеева, СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта. СПб., 2003.
23. «Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида. Подготовительный класс, 1-4 классы», / (А.А. Айдарбекова, В.М. Белов, В.В. Воронкова и др.) -8 – е изд. М.: Просвещение, 2013.

24. Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями развития/Под общей редакцией проф. Л. В. Шапковой, М.: Советский спорт, 2002.
25. Креминская М.М. Сборник программ по физической культуре для образовательных организаций, реализующих адаптивные образовательные программы для детей с ограниченными возможностями здоровья ( для обучающихся с легкой и умеренной умственной отсталостью). – СПб.:Владос Северо-Запад, 2013. – 294 с.
26. Музыкальная гимнастика для пальчиков / Сост. М. Ковалевская, худ. А. Веселов. — СПб. - Союз художников, 2007.

В зависимости от задач, стоящих перед учителем, можно использовать любое другое оборудование и материалы.