

Государственное общеобразовательное учреждение Республики Коми
"Специальная (коррекционная) школа-интернат № 6 " г. Печоры

Рекомендована
методическим объединением
учителей начальных классов, воспитателей,
протокол от 29 августа 2018 года № 1

Утверждено
приказом ГОУ РК
«СКШИ № 6» г. Печоры
от 30.08.2018 № 95-од

РАБОЧАЯ УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА
по учебному предмету «Двигательное развитие»
для учащихся 1-4 классов

Начальное общее образование

Уровень образования

4 года

Срок реализации программы

Разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учётом примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования, обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант II)
учителем Артеевой В.К.

г. Печора
2018 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая учебная программа учебного предмета «Предметно – практические действия» для обучающихся 1 - 4 классов с ограниченными возможностями здоровья (далее – Программа) разработана в соответствии с данными нормативными документами:

- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ);
- Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 10.07.2015 № 26 "Об утверждении СанПиН 2.4.3286-15 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья";
- Приказ Минобрнауки России от 19.12.2014 N 1599 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)";
- Примерная адаптированная основная программа общего образования, разработанная на основе ФГОС для обучающихся с умственной отсталостью;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2012 г. N 1067 "Об утверждении федеральных перечней учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию, на 2013/14 учебный год";
- «Положение о рабочих учебных программах учебных предметов, коррекционных курсов ГОУ РК «СКШИ № 6» г. Печоры».

Программа детализирует и раскрывает содержание стандарта, определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития учащихся средствами учебного предмета в соответствии с целями изучения изобразительного искусства, которые определены Федеральным государственным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Целью обучения - обогащение сенсомоторного опыта, поддержание и развитие способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков.

Основными задачами программы «Двигательное развитие» являются:

- создание благоприятных условий, способствующих формированию здорового образа жизни, умственному, физическому, эмоциональному развитию личности;
- обеспечение психолого-педагогической реабилитации, социальной адаптации и интеграции в общество обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- организация коррекционно - образовательного и воспитательного процесса в интересах личности, общества и государства с учётом психофизических возможностей и особенностей воспитанников с умственной отсталостью.

Отличительные особенности рабочей программы по сравнению с примерной программой. Программа составлена с учетом индивидуально - личностных особенностей, уровня развития, психических особенностей обучающихся. В соответствии с этим внесены необходимые изменения и дополнения в содержание, структуру программы, распределение тем и разделов в соответствии с учебной нагрузкой учащихся и в объёме, необходимом для изучения каждой темы

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

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

Ведущие образовательные технологии, приёмы, формы, методы обучения. Программа предполагает использование ведущих образовательных технологий, приёмов, форм методов обучения:

- технология развивающего обучения;
- технология поэтапного формирования умственных действий;
- ИКТ – технология;
- игровые технологии;
- методы развития двигательных качеств;
- здоровьесберегающие образовательные технологии.

Формы и методы работы:

на уроках двигательное развитие программой предусмотрены следующие формы и методы работы:

- словесные методы - являются основной формой общения учеников с учителем (беседа, объяснения);
- наглядные методы: показ;
- практические методы: выполнение упражнений.

Классификация по методам работы учащегося и педагога:

способы преподавания: рассказ, беседа, объяснение, то есть приемы, в которых основная роль принадлежит учителю. Задача ученика сводится к восприятию, к пониманию, запоминанию и воспроизведению полученной в ходе урока информации и преподаваемого материала;

способы учения: выполнение упражнений, самостоятельные и практические работы, то есть приемы, главная роль в которых принадлежит ученикам, учитель же контролирует усвоение знаний, помогает и направляет учащегося.

В основу программы положены деятельностный и дифференцированный подходы, осуществление которых предполагает:

- признание обучения как процесса организации речевой, познавательной и предметно-практической деятельности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), обеспечивающего овладение ими содержанием образования и являющегося основным средством достижения цели образования;
- признание того, что развитие личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) зависит от характера организации доступной им деятельности, в первую очередь, учебной;
- развитие личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в соответствии с требованиями современного общества, обеспечивающими возможность их успешной социализации и социальной адаптации;
- разработку содержания и технологий образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), определяющих пути и способы достижения ими социально желаемого уровня личностного и познавательного развития с учетом их особых образовательных потребностей;
- ориентацию на результаты образования как системообразующий компонент Стандарта, где общекультурное и личностное развитие обучающегося с

умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) составляет цель и основной результат образования;

- реализацию права на свободный выбор мнений и убеждений, обеспечивающего развитие способностей каждого обучающегося, формирование и развитие его личности в соответствии с принятыми в семье и обществе духовно-нравственными социокультурными ценностями.

Дифференцированный подход к построению рабочей программы для обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) предполагает учет их особых образовательных потребностей, которые проявляются в неоднородности возможностей освоения содержания образования. Применение дифференцированного подхода к созданию образовательных программ обеспечивает разнообразие содержания, предоставляя обучающимся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) возможность реализовать индивидуальный потенциал развития.

Деятельностный подход основывается на теоретических положениях отечественной психологической науки, раскрывающих основные закономерности и структуру образования с учетом специфики развития личности обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Деятельностный подход в образовании строится на признании того, что развитие личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) школьного возраста определяется характером организации доступной им деятельности (предметно - практической и учебной). Основным средством реализации деятельностного подхода в образовании является обучение как процесс организации познавательной и предметно-практической деятельности обучающихся, обеспечивающий овладение ими содержанием образования.

Используемые формы, способы и средства проверки и оценки результатов обучения по данной программе. В программе предусмотрена многоуровневая система контроля знаний:

- самоконтроль – при изучении нового материала;
- взаимоконтроль – в процессе его отработки.

Предусмотрены виды работ, которые позволяют вести контроль над усвоением учебного материала, а именно:

- промежуточный контроль: сдача нормативов в начале и конце года;
- итоговый контроль – тестовые задания в конце четверти и года.

По мере прохождения учебного материала проводятся проверочные контрольные испытания по видам упражнений: бег 30-60 м; прыжок в длину с места; метание на дальности; бросок набивного мяча (1 кг) из-за головы обеими руками из положения, сидя ноги врозь. К контрольным испытаниям учащиеся специальной медицинской группы допускаются с разрешения врача, с учетом индивидуальных особенностей и физического развития. Тестирование учащихся проводятся в сентябре и мае, результаты заносятся в Паспорта здоровья классов.

Количество и характер контрольных мероприятий

Класс	Тематический контроль	Промежуточная аттестация
1	3	1
2	3	1
3	3	1
4	3	1

МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Предмет «Двигательное развитие» входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений, адаптированной основной образовательной программы для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и реализуется в урочной деятельности в соответствии с санитарно - эпидемиологическими правилами и нормами.

В соответствии с учебным планом на предмет «Двигательное развитие» отводится:

Класс	Количество часов в неделю	Количество часов в год
1	2	68
2	2	68
3	2	68
4	2	68

ЛИЧНОСТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР (вариант 2) результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей. В связи с этим требования к результатам освоения образовательных программ представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

Личностные результаты:

- включаться в работу на занятиях к выполнению заданий;
- не мешать, при выполнении различных движений, одноклассникам;
- проявлять любознательность и интерес к новым видам деятельности;
- готовиться к занятиям, занимать исходное положение, находить свое место в строю (с помощью);
- проявлять любознательность и интерес к новому.

Предметные результаты:

- уметь слушать музыку и звучащие инструменты;
- выполнять несложные движения руками и ногами;
- активно прихлопывать и притопывать вместе с учителем;
- слушать и правильно выполнять инструкцию учителя;
- уметь слушать музыку до конца, узнавать знакомую мелодию;
- уметь начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки по сигналу.

Критерии и нормы оценки знаний, умений и навыков. Программа предполагает использование следующих критериев и норм оценки знаний, умений и навыков

Обучение со сложной структурой дефекта делится на несколько образовательных этапов, целью каждого из которых является переход от достигнутого ребенком успеха к тому, что ещё предстоит ему освоить. Наиболее значимыми этапами являются:

- действие выполняется взрослым (ребенок пассивен, позволяет что - либо делать с ним);
- действие выполняется ребенком со значительной помощью взрослого;
- действие выполняется ребенком с частичной помощью взрослого;

- действие выполняется ребенком по последовательной инструкции (изображения или вербально);
- действие выполняется ребенком по подражанию или по образцу;
- действие выполняется ребенком полностью самостоятельно.

Норма оценивания при освоении учащимися образовательных программ:

Оценка «3» - выполнение задания в сопряжённом режиме, хотя не наблюдается стойких позитивных изменений (динамика нестабильная, неравномерная).

Оценка «4» – частичное, избирательное усвоение материала.

Оценка «5» – способность самостоятельно по образцу выполнять задания.

Оценка «1», «2» – не ставится.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

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». Стояние с опорой (вертикализатор, костыли, трость и др.), без опоры.

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).

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 класс

№	Тема урока	Количество часов	Основные виды учебной деятельности обучающихся
1	Дыхательные упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
2	Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
3	Дыхательные упражнения под хлопки. Под счет.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно

4	Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
5	Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
6	Изменение длительности дыхания.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
7	Изменение длительности дыхания.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
8	Дыхание при ходьбе.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
9	Дыхание при ходьбе.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
10	Движение руками в исходных положениях.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
11	Движение руками в исходных положениях.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
12	Движение предплечий и кистей рук.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
13	Движение предплечий и кистей рук.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
14	Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменение темпа.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
15	Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменение темпа.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
16	Хлопки в ладоши с изменением темпа.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
17	Хлопки в ладоши с изменением темпа.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
18	Наклоны головой.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
19	Наклоны туловищем.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
20	Наклоны туловищем.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
21	Сгибание стопы.	1	Выполнение учебных действий по

			образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
22	Сгибание стопы.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
23	Перекаты с носков на пятки.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
24	Перекаты с носков на пятки.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
25	Приседания.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
26	Приседания.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
27	Отстукивание и отхлопывание разного темпа.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
28	Отстукивание и отхлопывание разного темпа.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
29	Ходьба ровным шагом.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
30	Повторение.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
31	Ходьба ровным шагом.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
32	Ходьба по кругу, взявшись за руки.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
33	Ходьба по кругу, взявшись за руки.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
34	Ходьба на носках.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
35	Ходьба на носках.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
36	Ходьба в медленном и быстром темпе.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
37	Ходьба в медленном и быстром темпе.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
38	Ходьба по линии.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с

			помощью или самостоятельно
39	Ходьба по линии.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
40	Ходьба на носках.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
41	Ходьба на носках.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
42	Захват предметов.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
43	Захват предметов.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
44	Передача предметов.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
45	Передача предметов.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
46	Бросание мячей.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
47	Бросание мячей.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
48	Перекатывание мячей.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
49	Перекатывание мячей.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
50	Перекатывание мячей.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
51	«Солнышко и дождик». Игра.	1	Игровая деятельность. Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми.
52	«Солнышко и дождик». Игра.	1	Игровая деятельность. Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми.
53	«Воробушки и кот». Игра.	1	Игровая деятельность. Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми.

54	«Воробушки и кот». Игра.	1	Игровая деятельность. Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми.
55	«Кот и мыши». Игра.	1	Развивать игровую деятельность, формировать положительного отношения к себе, к окружающим. Приобщать к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми.
56	«Кот и мыши». Игра.	1	Игровая деятельность. Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми.
57	«У медведя во бору». Игра.	1	Игровая деятельность. Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми.
58	«У медведя во бору». Игра.	1	Игровая деятельность. Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми.
59	«Ручеёк». Игра.	1	Игровая деятельность. Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми.
60	«Ручеёк». Игра.	1	Игровая деятельность. Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми.
61	«Снежинки и ветер». Игра.	1	Игровая деятельность. Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми.
62	«Снежинки и ветер». Игра.	1	Игровая деятельность. Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми.
63	Динамический контроль в конце учебного года.	1	Игровая деятельность. Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми.

			сверстниками и взрослыми.
64	«Найди пару». Игра.	1	Игровая деятельность. Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми.
65	«Хитрая лиса». Игра.	1	Игровая деятельность. Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми.
66	Повторение.	3	Игровая деятельность. Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми.

2 класс

№	Тема урока	Количество часов	Основные виды учебной деятельности обучающихся
1	Упражнения на формирование правильного дыхания	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
2	Дыхательные упражнения по подражанию.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
3	Дыхательные упражнения по подражанию.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
4	Дыхательные упражнения под хлопки.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
5	Дыхательные упражнения под счет.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
6	Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
7	Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
8	Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
9	Изменение длительности дыхания. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно

10	Изменение длительности дыхания. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
11	Дыхание при ходьбе. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
12	Дыхание при ходьбе. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
13	Движение руками в исходных положениях. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
14	Движение руками в исходных положениях. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
15	Движение предплечий и кистей рук. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
16	Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
17	Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
18	Повторение.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
19	Наклоны головой. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
20	Наклоны головой. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
21	Наклоны туловищем. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
22	Наклоны туловищем. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
23	Сгибание стопы. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
24	Сгибание стопы. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
25	Перекаты с носков на пятки. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
26	Перекаты с носков на пятки. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно

27	Приседания. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
28	Приседания. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
29	Отстукивание и отхлопывание разного темпа. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
30	Отстукивание и отхлопывание разного темпа. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
31	Выполнение по памяти комбинаций движения. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
32	Повторение.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
33	Ходьба ровным шагом. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
34	Ходьба ровным шагом. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
35	Ходьба по кругу, взявшись за руки. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
36	Ходьба по кругу, взявшись за руки. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
37	Ходьба на носках. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
38	Ходьба на носках. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
39	Ходьба в медленном и быстром темпе	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
40	Ходьба в медленном и быстром темпе. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
41	Ходьба по линии. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
42	Ходьба по линии. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
43	Ходьба на носках. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно

44	Ходьба на носках. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
45	Захват предметов. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
46	Захват предметов. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
47	Передача предметов. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
48	Передача предметов. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
49	Броски мячей. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
50	Броски мячей. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
51	Перекатывание мячей. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
52	Перекатывание мячей. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
53	«Кошка и мышки». Игра.	1	Игровая деятельность. Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми.
54	«Кошка и мышки». Игра.	1	Игровая деятельность. Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми.
55	«Волшебный мешочек». Игра.	1	Игровая деятельность. Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми.
56	«Волшебный мешочек». Игра.	1	Игровая деятельность. Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми.
57	«Вот так позы». Игра.	1	Игровая деятельность. Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со

			сверстниками и взрослыми.
58	«Вот так позы». Игра.	1	Игровая деятельность. Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми.
59	«Аист ходит по болоту». Игра.	1	Игровая деятельность. Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми.
60	«Аист ходит по болоту». Игра.	1	Игровая деятельность. Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми.
61	«Запомни порядок». Игра.	1	Игровая деятельность. Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми.
62	«Запомни порядок». Игра.	1	Игровая деятельность. Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми.
63	«Третий лишний». Игра.	1	Игровая деятельность. Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми.
64	«Третий лишний». Игра.	1	Игровая деятельность. Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми.
65	Динамический контроль в конце учебного года.	1	Игровая деятельность. Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми.
66	«Мышеловка» Игра.	1	Игровая деятельность. Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми.
67	Повторение.	1	Повторение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
68	Повторение.	1	Повторение учебных действий по образцу, практических действий с

			помощью или самостоятельно
--	--	--	----------------------------

3 класс

№	Тема урока	Количество часов	Основные виды учебной деятельности обучающихся
1	Формирование знаний о положении тела при правильной осанке. Разучивание основных положений рук, ног, туловища, головы.	1	Слушают, запоминают, выполняют учебные действия, практические действия по образцу, с помощью или самостоятельно. Играют.
2	Формирование знаний о положении тела при правильной осанке.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
3	Формирование правильной осанки у стенки (пятки, икроножные мышцы, ягодицы, лопатки, затылок), под контролем учителя	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
4	Формирование правильной осанки у стенки (пятки, икроножные мышцы, ягодицы, лопатки, затылок), под сигналом учителя.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
5	Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе)	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
6	Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в приседе)	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
7	Ходьба с различными положениями рук (в стороны, за голову, вверх, вперёд, к плечам)	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
8	Ходьбой с различными положениями рук (в стороны, на пояс, вверх, вперёд, к плечам)	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
9	Ходьбой с различными положениями рук (в стороны, на пояс, вверх, вперёд, к плечам) по сигналу учителя.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно

10	Упражнения с предметами на голове (мешочек с песком стоя у стены).	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
11	Упражнения с предметами на голове (кубик) в движении, под музыку.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
12	Упражнения с предметами на голове (мешочек с песком в движении, под музыку).	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
13	Подвижные игры на сохранение правильной осанки: «Море волнуется».	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
14	Дыхательные упражнения в образном оформлении.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
15	Упражнения с предметами и без них Игра «Совушка - Сова».	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
16	Игра «Дунем раз...»	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
17	Наклоны головой.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
18	Наклоны туловищем.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
19	Сгибание стопы.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
20	Перекаты с носков на пятки.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
21	Приседания.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
22	Отстукивание и отхлопывание разного темпа.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
23	Выполнение по памяти комбинаций движения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
24	Захват предметов.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
25	Передача предметов.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
26	Передача предметов через	1	Выполнение учебных действий по

	голову.		образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
27	Передача предметов через плечо.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
28	Броски мячей.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
29	Перекатывание мячей.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
30	Перекатывание мячей через ноги.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
31	Подвижная игра «Кошка и мышки».	1	Игровая деятельность
32	Подвижная игра «Солнышко и дождик».	1	Игровая деятельность
33	Дыхательные упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
32	Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
34	Дыхательные упражнения под хлопки (под счет).	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
35	Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
36	Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
37	Изменение длительности дыхания.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
38	Дыхание при ходьбе.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
39	Движение руками в исходных положениях.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
40	Движение предплечий и кистей рук.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
41	Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменение темпа.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно

42	Хлопки в ладоши с изменением темпа.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
43	Наклоны головой.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
45	Выполнение движений руками. (вперёд, назад, вверх, в стороны).	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
46	Выполнение движений пальцев рук (сгибать, разгибать фаланги пальцев; сгибать пальцы в кулак, разгибать).	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
47	Изменение позы в положении лежа (поворот со спины на живот, поворот с живота на спину).	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
48	Изменение позы в положении лежа. (изменение позы в положении сидя: поворот вправо, влево, наклон вперёд, назад, вправо, влево).	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
49	Выполнение движений ногами (подъём ноги вверх; отведение ноги в сторону).	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
50	Выполнение движений ногами (подъём ноги вверх; отведение ноги в сторону).	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
51	Игра «У медведя во бору».	1	Игровая деятельность
52	Игра «Снежинки и ветер».	1	Игровая деятельность
53	Игра «Ручеёк»	1	Игровая деятельность
54	Броски мяча двумя руками из различных положений	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
55	Отбивание мяча двумя руками	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
56	Отбивание мяча одной рукой.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
57	Ловля мяча.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно

58	Удары по мячу ногой с мест.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
59	Удары по мячу ногой с места.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
60	Удары по мячу ногой с шага.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
61	Игры и эстафеты с мячом	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
62	Игры и эстафеты с мячом	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
63	Ползание на четвереньках.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
64	Ползание на животе.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
65	Ходьба по гимнастической скамейке, лежащей на полу.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
66	Ходьба по наклонной гимнастической скамейке.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
67	Динамический контроль в конце учебного года.		Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
68	Повторение.	1	Повторение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно

4 класс

№	Тема урока	Количество часов	Основные виды учебной деятельности обучающихся
1	Дыхательные упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
2	Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
3	Дыхательные упражнения под хлопки (под счет).	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
4	Грудное, брюшное и полное	1	Выполнение учебных действий по

	дыхание в исходных положениях		образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
5	Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
6	Изменение длительности дыхания.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
7	Дыхание при ходьбе.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
8	Движение руками в исходных положениях.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
9	Движение предплечий и кистей рук.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
10	Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменение темпа.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
11	Хлопки в ладоши с изменением темпа.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
12	Наклоны головой.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
13	Выполнение движений руками. (вперёд, назад, вверх, в стороны).	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
14	Выполнение движений пальцев рук (сгибать, разгибать фаланги пальцев; сгибать пальцы в кулак, разгибать).	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
15	Изменение позы в положении лежа (поворот со спины на живот, поворот с живота на спину).	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
16	Изменение позы в положении лежа. (изменение позы в положении сидя: поворот вправо, влево, наклон вперёд, назад, вправо, влево).	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
17	Выполнение движений ногами (подъём ноги вверх; отведение ноги в сторону).	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
18	Выполнение движений ногами (подъём ноги вверх; отведение ноги в сторону).	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
19	Игра «У медведя во бору».	1	Игровая деятельность
20	Игра «Снежинки и ветер».	1	Игровая деятельность

21	Игра «Ручеёк»	1	Игровая деятельность
22	Броски мяча двумя руками из различных положений	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
23	Отбивание мяча двумя руками	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
24	Отбивание мяча одной рукой.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
25	Ловля мяча.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
26	Удары по мячу ногой с мест.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
27	Удары по мячу ногой с места.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
28	Удары по мячу ногой с шага.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
29	Игры и эстафеты с мячом	1	Игровая деятельность
30	Игры и эстафеты с мячом	1	Игровая деятельность
31	Ползание на четвереньках.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
32	Ползание на животе.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
33	Ходьба по гимнастической скамейке, лежащей на полу.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
34	Ходьба по наклонной гимнастической скамейке.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
35	Ходьба по кругу, взявшись за руки. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
36	Ходьба по кругу, взявшись за руки. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
37	Ходьба на носках. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
38	Ходьба на носках. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
39	Ходьба в медленном и быстром темпе	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
40	Ходьба в медленном и	1	Выполнение учебных действий по

	быстром темпе. Упражнения.		образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
41	Ходьба по линии. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
42	Ходьба по линии. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
43	Ходьба на носках. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
44	Ходьба на носках. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
45	Захват предметов. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
46	Захват предметов. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
47	Передача предметов. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
48	Передача предметов. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
49	Броски мячей. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
50	Броски мячей. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
51	Перекатывание мячей. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
52	Перекатывание мячей. Упражнения.	1	Выполнение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
53	«Кошка и мышки». Игра.	1	Игровая деятельность
54	«Кошка и мышки». Игра.	1	Игровая деятельность
55	«Волшебный мешочек». Игра.	1	Игровая деятельность
56	«Волшебный мешочек». Игра.	1	Игровая деятельность
57	«Вот так позы». Игра.	1	Игровая деятельность
58	«Вот так позы». Игра.	1	Игровая деятельность
59	«Аист ходит по болоту». Игра.	1	Игровая деятельность
60	«Аист ходит по болоту». Игра.	1	Игровая деятельность
61	«Запомни порядок». Игра.	1	Игровая деятельность
62	«Запомни порядок». Игра.	1	Игровая деятельность
63	«Третий лишний». Игра.	1	Игровая деятельность
64	«Третий лишний». Игра.	1	Игровая деятельность
65	Динамический контроль в	1	Игровая деятельность

	конце учебного года.		
66	«Мышеловка» Игра.	1	Игровая деятельность
67	Повторение.	1	Повторение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно
68	Повторение.	1	Повторение учебных действий по образцу, практических действий с помощью или самостоятельно

УЧЕБНО – МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. «Методика занятий по лечебной физкультуре в коррекционной школе» Селезнёва Л. И., учитель ЛФК государственного специального (коррекционного) образовательного учреждения школы № 9 г. Новороссийска
2. Зиянгиярова С.С. «Программно- методическое обеспечение 3-го урока физической культуры (ЛФК) для учащихся 1 – 5 классов «Специальной (коррекционной) общеобразовательной школы – интерната 8 вида». – П.,:КЦФКиЗ, 2010 – 66с.
3. Ковалько В. И. «Здоровье сберегающие технологии в начальной школе. 1 – 4 классы. М.: «ВАКО, 2004.
4. Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).
5. Шмаков С. А. «Игры, развивающие психические качества личности школьника: Методическое пособие. – М.:ЦГЛ, 2004

МАТЕРИАЛЬНО – ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Технические средства обучения:

- музыкальный центр;
- аудиозаписи.

Учебно-практическое оборудование:

- бревно гимнастическое напольное;
- козел гимнастический;
- канат для лазанья;
- перекладина гимнастическая (пристеночная);
- стенка гимнастическая;
- скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м);
- комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты);
- мячи набивные весом 1 кг, малый мяч (мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные;
- палка гимнастическая;
- скакалка детская;
- мат гимнастический;
- гимнастический подкидной мостик;
- кегли;
- обруч пластиковый детский;
- планка для прыжков в высоту;
- стойка для прыжков в высоту;
- флажки разметочные с опорой, стартовые;
- лента финишная;
- рулетка измерительная;
- гантели;
- лыжи детские (с креплениями и палками);
- щит баскетбольный тренировочный;
- сетка для переноски и хранения мячей;
- сетка волейбольная;
- аптечка