

Рассмотрено на заседании
Методического объединения
Протокол № 4
« 23 » августа 2023 г.
Руководитель ШМО
 Т. В. Калинина

Принято на заседании
Педагогического совета
Протокол № 14
« 24 » августа 2023 г.

Утверждено приказом № 138 - ОД
от « 24 » августа 2024г.

Директор МБОУ
«Камбарская СОШ № 2»
 М. А. Вяткина

**Адаптированная образовательная программа для детей
с ограниченными возможностями здоровья
легкая умственная отсталость
(вариант 1)
по физкультуре 2 Б класс**

Составитель
Мырина Л.В. Зайцева И.Р.
учитель начальных классов
I категории

Аннотация к АООП по Физкультуре 2 класс вариант 1

Рабочая программа по предмету «Физическая культура» составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

- 1.Федеральный закон ФЗ -273 от 29.12.12 «Об образовании».
- 2.Приказ Министерства образования и науки Р. Ф. от 19. 12. 2014гю. №1599 «Об утверждении ФГОС обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
- 3.Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) Вариант 1.
- 4.Учебный план образовательного учреждения КГБОУ «Алейская общеобразовательная школа-интернат».

Цель. Создание условий для всестороннего развития личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их к физической культуре, коррекции недостатков психофизического развития, расширении индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации.

Задачи.

Образовательные:

- Формирование у детей двигательных умений и навыков, получение ими элементарных сведений по гигиене; укрепление здоровья ученика.

Коррекционно-компенсаторные:

- Коррекция нарушений, как в физическом, так и в интеллектуальном развитии.

Воспитательные:

- Формирование умения владеть своими эмоциями, воспитание дисциплинированности, силы воли, настойчивости; развитие чувства товарищества и взаимопомощи.

2. Общая характеристика учебного предмета

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная система человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество, самостоятельность. Система физического воспитания, объединяющая все формы занятий физическими упражнениями, должна способствовать социализации ученика в обществе, формированию духовных способностей ребенка. В связи с этим в основе обучения физическим упражнениям должны просматриваться следующие **принципы:**

индивидуализация и дифференциация процесса обучения;

коррекционная направленность обучения;

оптимистическая перспектива;

комплексность обучения на основе прогрессивных психолого-педагогических и психолого-физиологических теорий.

Учителю физического воспитания необходимо разбираться в структурах дефекта аномального ребенка; знать причины, вызвавшие умственную отсталость; уровень развития двигательных возможностей; характер двигательных нарушений.

3. Место учебного предмета в учебном плане

Учебный предмет «Физическая культура» относится к предметной области «Физическая культура» обязательной части (федеральный компонент) учебного плана. Рабочая программа рассчитана на 102 часа в год, по 3 часа в неделю.

4. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты:

- овладение обучающимися социальными (жизненными) компетенциями, необходимыми для решения практико-ориентированных задач и обеспечивающими становление социальных отношений, обучающихся в различных средах, сформированности мотивации к обучению и познанию. Достижение личностных результатов обеспечивается содержанием отдельных учебных предметов и внеурочной деятельности, овладением доступными видами деятельности, опытом социального взаимодействия.

Предметные результаты:

Минимальный уровень:

- представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- выполнение комплексов утренней гимнастики под руководством учителя;
- знание основных правил поведения на уроках физической культуры и осознанное их применение;
- выполнение несложных упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд;
- представления о двигательных действиях; знание основных строевых команд; подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- взаимодействие со сверстниками в организации и проведении подвижных игр, элементов соревнований; участие в подвижных играх и эстафетах под руководством учителя;
- знание правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Достаточный уровень:

- практическое освоение элементов гимнастики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивных и подвижных игр и других видов физической культуры;
- самостоятельное выполнение комплексов утренней гимнастики;
- владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища; участие в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки);
- выполнение основных двигательных действий в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.;
- подача и выполнение строевых команд, ведение подсчёта при выполнении общеразвивающих упражнений.
- совместное участие со сверстниками в подвижных играх и эстафетах;
- оказание посильной помощи и поддержки сверстникам в процессе участия в подвижных играх и соревнованиях;
- знание спортивных традиций своего народа и других народов;
- знание способов использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности и их применение в практической деятельности;
- знание правил и техники выполнения двигательных действий, применение усвоенных правил при выполнении двигательных действий под руководством учителя;
- знание и применение правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни;
- соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «Физическая культура» составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

1. Федеральный закон ФЗ -273 от 29.12.12 «Об образовании».
2. Приказ Министерства образования и науки Р. Ф. от 19. 12. 2014гю. №1599 «Об утверждении ФГОС обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
3. Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) Вариант 1.
4. Учебный план образовательного учреждения КГБОУ «Алейская общеобразовательная школа-интернат».

Цель. Создание условий для всестороннего развития личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их к физической культуре, коррекции недостатков психофизического развития, расширении индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации.

Задачи.

Образовательные:

- Формирование у детей двигательных умений и навыков, получение ими элементарных сведений по гигиене; укрепление здоровья ученика.

Коррекционно-компенсаторные:

- Коррекция нарушений, как в физическом, так и в интеллектуальном развитии.

Воспитательные:

- Формирование умения владеть своими эмоциями, воспитание дисциплинированности, силы воли, настойчивости; развитие чувства товарищества и взаимопомощи.

2. Общая характеристика учебного предмета

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная система человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество, самостоятельность. Система физического воспитания, объединяющая все формы занятий физическими упражнениями, должна способствовать социализации ученика в обществе, формированию духовных способностей ребенка. В связи с этим в основе обучения физическим упражнениям должны просматриваться следующие **принципы:**

индивидуализация и дифференциация процесса обучения;

коррекционная направленность обучения;

оптимистическая перспектива;

комплексность обучения на основе прогрессивных психолого-педагогических и психолого-физиологических теорий.

Учителю физического воспитания необходимо разбираться в структурах дефекта аномального ребенка; знать причины, вызвавшие умственную отсталость; уровень развития двигательных возможностей; характер двигательных нарушений.

3. Место учебного предмета в учебном плане

Учебный предмет «Физическая культура» относится к предметной области «Физическая культура» обязательной части (федеральный компонент) учебного плана. Рабочая программа рассчитана на 102 часа в год, по 3 часа в неделю.

4. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты:

- овладение обучающимися социальными (жизненными) компетенциями, необходимыми для решения практико-ориентированных задач и обеспечивающими становление социальных отношений, обучающихся в различных средах, сформированности мотивации к обучению и познанию. Достижение личностных результатов обеспечивается содержанием отдельных учебных предметов и внеурочной деятельности, овладением доступными видами деятельности, опытом социального взаимодействия.

Предметные результаты:

Минимальный уровень:

- представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- выполнение комплексов утренней гимнастики под руководством учителя;
- знание основных правил поведения на уроках физической культуры и осознанное их применение;
- выполнение несложных упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд;
- представления о двигательных действиях; знание основных строевых команд; подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- взаимодействие со сверстниками в организации и проведении подвижных игр, элементов соревнований; участие в подвижных играх и эстафетах под руководством учителя;
- знание правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Достаточный уровень:

- практическое освоение элементов гимнастики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивных и подвижных игр и других видов физической культуры;
- самостоятельное выполнение комплексов утренней гимнастики;
- владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища; участие в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки);
- выполнение основных двигательных действий в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.;
- подача и выполнение строевых команд, ведение подсчёта при выполнении общеразвивающих упражнений.
- совместное участие со сверстниками в подвижных играх и эстафетах;
- оказание посильной помощи и поддержки сверстникам в процессе участия в подвижных играх и соревнованиях;
- знание спортивных традиций своего народа и других народов;
- знание способов использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности и их применение в практической деятельности;
- знание правил и техники выполнения двигательных действий, применение усвоенных правил при выполнении двигательных действий под руководством учителя;
- знание и применение правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни;
- соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

5. Содержание.

Знания о физической культуре

Чистота одежды и обуви. Правила утренней гигиены и их значение для человека. Правила поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Чистота зала, снарядов. Значение физических упражнений для здоровья человека. Формирование понятий: опрятность, аккуратность. Физическая нагрузка и отдых. Физическое развитие. Осанка. Физические качества. Понятия о предварительной и исполнительной командах. Предупреждение травм во время занятий. Значение и основные правила закаливания. Понятия: физическая культура, физическое воспитание.

Гимнастика

Теоретические сведения. Одежда и обувь гимнаста. Элементарные сведения о гимнастических снарядах и предметах. Правила поведения на уроках гимнастики. Понятия: колонна, шеренга, круг. Элементарные сведения о правильной осанке, равновесии. Элементарные сведения о скорости, ритме, темпе, степени мышечных усилий. Развитие двигательных способностей и физических качеств с помощью средств гимнастики.

Практический материал.

Построения и перестроения.

Упражнения без предметов(корректирующие и общеразвивающие упражнения):

основные положения и движения рук, ног, головы, туловища; упражнения для расслабления мышц; мышц шеи; укрепления мышц спины и живота; развития мышц рук и плечевого пояса; мышц ног; на дыхание; для развития мышц кистей рук и пальцев; формирования правильной осанки; укрепления мышц туловища.

Упражнения с предметами:

с гимнастическими палками; флажками; малыми обручами; малыми мячами; большим мячом; набивными мячами (вес 2 кг); упражнения на равновесие; лазанье и перелезание; упражнения для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений; переноска грузов и передача предметов; прыжки.

Легкая атлетика

Теоретические сведения. Элементарные понятия о ходьбе, беге, прыжках и метаниях. Правила поведения на уроках легкой атлетики. Понятие о начале ходьбы и бега; ознакомление учащихся с правилами дыхания во время ходьбы и бега. Ознакомление учащихся с правильным положением тела во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, метаний. Значение правильной осанки при ходьбе. Развитие двигательных способностей и физических качеств средствами легкой атлетики.

Практический материал:

Ходьба. Ходьба парами по кругу, взявшись за руки. Обычная ходьба в умеренном темпе в колонне по одному в обход зала за учителем. Ходьба по прямой линии, ходьба на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Ходьба с сохранением правильной осанки. Ходьба в чередовании с бегом. Ходьба с изменением скорости. Ходьба с различным положением рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову. Ходьба с изменением направлений по ориентирам и командам учителя. Ходьба с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра. Ходьба в медленном, среднем и быстром темпе. Ходьба с выполнением упражнений для рук в чередовании с другими движениями; со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т. д. Ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами.

Бег. Перебежки группами и по одному 15—20 м. Медленный бег с сохранением правильной осанки, бег в колонне за учителем в заданном направлении. Чередование бега и ходьбы на расстоянии. Бег на носках. Бег на месте с высоким подниманием бедра. Бег с высоким подниманием

бедро и захлестыванием голени назад. Бег с преодолением простейших препятствий (канавки, подлезание под сетку, обегание стойки и т. д.). Быстрый бег на скорость. Медленный бег. Чередование бега и ходьбы. Высокий старт. Бег прямолинейный с параллельной постановкой стоп. Повторный бег на скорость. Низкий старт. Специальные беговые упражнения: бег с подниманием бедра, с захлестыванием голени назад, семенящий бег. Челночный бег.

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед, назад, вправо, влево. Перепрыгивание через начерченную линию, шнур, набивной мяч. Прыжки с ноги на ногу на отрезках до. Подпрыгивание вверх на месте с захватом или касанием висящего предмета (мяча). Прыжки в длину с места. Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед, в стороны. Прыжки с высоты с мягким приземлением. Прыжки в длину и высоту с шага. Прыжки с небольшого разбега в длину. Прыжки с прямого разбега в длину. Прыжки в длину с разбега без учета места отталкивания. Прыжки в высоту с прямого разбега способом «согнув ноги». Прыжки в высоту способом «перешагивание».

Метание. Правильный захват различных предметов для выполнения метания одной и двумя руками. Прием и передача мяча, флажков, палок в шеренге, по кругу, в колонне. Произвольное метание малых и больших мячей в игре. Броски и ловля волейбольных мячей. Метание колец на шесты. Метание с места малого мяча в стенку правой и левой рукой. Метание большого мяча двумя руками из-за головы и снизу с места в стену. Броски набивного мяча (1 кг) сидя двумя руками из-за головы. Метание теннисного мяча с места одной рукой в стену и на дальность. Метание мяча с места в цель. Метание мячей с места в цель левой и правой руками. Метание теннисного мяча на дальность отскока от баскетбольного щита. Метание теннисного мяча на дальность с места. Броски набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами двумя руками.

Лыжная и конькобежная подготовка

Лыжная подготовка

Теоретические сведения. Элементарные понятия о ходьбе и передвижении на лыжах. Одежда и обувь лыжника. Подготовка к занятиям на лыжах. Правила поведения на уроках лыжной подготовки. Лыжный инвентарь; выбор лыж и палок. Одежда и обувь лыжника. Правила поведения на уроках лыжной подготовки. Правильное техническое выполнение попеременного двухшажного хода. Виды подъемов и спусков. Предупреждение травм и обморожений.

Практический материал. Выполнение строевых команд. Передвижение на лыжах. Спуски, повороты, торможение.

Конькобежная подготовка

Теоретические сведения. Одежда и обувь конькобежца. Подготовка к занятиям на коньках. Правила поведения на уроках. Основные части конька. Предупреждение травм и обморожений при занятиях на коньках.

Практический материал. Упражнение в зале: снятие и одевание ботинок; приседания; удержание равновесия; имитация правильного падения на коньках; перенос тяжести с одной ноги на другую. Упражнения на льду: скольжение, торможение, повороты.

Игры

Теоретические сведения. Элементарные сведения о правилах игр и поведении во время игр. Правила игр. Элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником). Элементарные сведения по овладению игровыми умениями (ловля мяча, передача, броски, удары по мячу).

Практический материал. Подвижные игры:

Коррекционные игры;

Игры с элементами общеразвивающих упражнений:

игры с бегом; прыжками; лазанием; метанием и ловлей мяча (в том числе пионербол в IV-м классе); построениями и перестроениями; бросанием, ловлей, метанием.

Распределение программного материала по четвертям

Класс	I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть	Итого
2	8 ч.	8 ч.	9 ч.	9 ч.	34 часа

Тематическое планирование по учебному предмету «Физическая культура» 2класс

№ п/п	Тема урока	Кол – во ча-сов	Основных виды учебной деятельности обучающихся
I.четв.			
1	Т.Б. на уроках по легкой атлетике. Высокий старт. Бег 30 м.	1	Повторяют перестроение в колонну и шеренгу, знакомятся с организационно-методическими требованиями, проводят подвижную игру «Ловишки и Салки с домиками»
2	Высокий старт. Бег 30 м.	1	Разучивают беговой разминки, проводят тестирование бега на 30 м. с высокого старта.
3	Бег до 4 мин. Прыжок в длину с места	1	Разучивают беговой разминки, проводят тестирование бега на 4 мин. с высокого старта. Разучивание прыжка в длину с места
4	Метание мяча на дальность.	1	Разучивают разминки с мешочками, повторяют технику метания мешочка на дальность, проводят повторение подвижных игр «Бросай далеко, собирай быстрее», «Колдунчики»
5	Бег до 4 мин. Метание мяча на дальность.	1	Повторяют разминки с мешочками, проводят тестирование метания мешочка на дальность, проводят подвижную игру «Хвостики». Бегают 4 минуты.
6	Прыжок в длину с разбега	1	Разучивают разминку в движении, повторяют понятия, обозначающие физические качества, разучивают технику прыжка в длину с разбега, разучивают подвижную игру «Флаг на башне»
7	Бег до 4 мин. Бег 30 м.	1	Разучивают беговой разминки, проводят тестирование бега на 4 мин. и на 30м. с высокого старта, проведение подвижной игры.

8	Прыжок в длину с места. Метание мяча на дальность.	1	Разучивают разминку в движении, повторяют понятия, обозначающие физические качества, разучивают технику прыжка в длину с разбега, разучивают подвижную игру «Флаг на башне»
II четв.			
9	Т.Б. на уроке по подвижным играм.	1	Изучают Т.Б перед подвижными играми. Повторяют разминку с резиновыми кольцами, повторяют подвижную игру «Ловишка на хобах»
10	Удары мяча о пол и ловля его одной рукой. Ловля и передача мяча в движении. Подвижная игра «Попади в мяч».	1	Проводят разминку с мячом, совершенствуют технику броска о пол и ловлю одной рукой. проводят подвижную игру «Забросай противника мячами»
11	Ловля мяча отскочившего от пола. Ловля и передача мяча в движении.	1	Разучивают разминки с мячами, повторяют технику броска мяча от пола. проводят подвижную игру «Забросай противника мячами»
12	Удары мяча о пол и ловля его одной рукой. Передача и ловля мяча на месте в парах. Подвижная игра «Попади в мяч».	1	Разучивают разминку с набивным мячом, повторяют технику броска набивного мяча из-за головы на дальность, проводят: тестирование виса на время, нового варианта подвижной игры «Точно в цель»
13	Подбрасывание и ловля мяча двумя руками. Подвижная игра «Попади в мяч».	1	Повторяют разминку с набивным мячом, совершенствуют технику бросков набивного мяча от груди и «снизу», разучивают технику броска набивного мяча из-за головы, повторяют подвижную игру «Точно в цель»
14	Ловля мяча отскочившего от пола. Удары мяча о пол и ловля мяча на месте в парах. Забрасывание мяча в корзину. Подвижная игра «Метко в цель».	1	Повторяют разминку с набивным мячом, повторяют удары мяча о пол, и ловля мяча на месте в парах проводят: тестирование виса на время, нового варианта подвижной игры «Точно в цель»
15	Передача и ловля мяча одной рукой.	1	Повторяют разминку с набивным мячом, повторяют передачу и ловля мяча одной рукой.
16	Передача и ловля мяча на месте в парах. Забрасывание мяча в корзину. Подвижная игра «Метко в цель».	1	Повторяют разминку. Совершенствуют технику передачи.
III четв.			
17	ТБ на уроке по гимнастике. Акробатические упражнения. Прыжки через скакалку.	1	Разучивают разминку, направленную на развитие гибкости, проводят тестирование наклона вперед из положения стоя, повторяют подвижную игру «Точно в цель»

18	Ползание по гимнастической скамейке. Ходьба по гимнастической скамейке.	1	Разучивают разминку, направленную на сохранение правильной осанки, повторяют техники. Проводят подвижную игру «Волшебные елочки»
19	Упражнения на гимнастической лестнице. Лазанье по гимнастической лестнице вверх, вниз, влево, вправо.	1	Разучивают разминку, направленную на сохранение правильной осанки, повторяют техники.
20	Ползание по гимнастической скамейке. Лазанье по канату произвольным способом.	1	Разучивают разминку, направленную на сохранение правильной осанки, повторяют техники. Проводят подвижную игру «Командные хвостики»
21	Упражнения на гимнастической лестнице. Ходьба по гимнастической скамейке.	1	Разучивают разминку, направленную на сохранение правильной осанки, повторяют техники. Совершенствуют технику.
22	Прыжки через скакалку. Подтягивание в висе на перекладине (м); Подтягивание в висе лежа (д).	1	Разучивают разминку, направленную на развитие координации движений. Проводят подвижную игру «Командные хвостики»
23	Ползание по гимнастической скамейке. Лазанье по канату произвольным способом	1	Разучивают разминку, направленную на развитие координации движений.
24	Акробатические упражнения. Лазанье по гимнастической лестнице вверх, вниз, влево, вправо	1	Разучивают разминку, направленную на развитие координации движений. Разучивают подвижную игру «Флаг на башне»
25	Т. Б. на уроке по лыжной подготовке. Скользящий шаг (без палок). Повороты переступанием.	1	Знакомятся с организационно-методическими требованиями, применяемыми на уроках, посвященных лыжной подготовке, проверяют спортивную форму и инвентарь, повторяют технику ступающего и скользящего шага на лыжах без палок.
IV четв.			
26	Подбрасывание и ловля мяча двумя руками.. Подвижная игра «Попади в мяч».	1	Разучивают разминку в парах, повторяют технику бросков и ловли мяча в парах, разучивают подвижную игру «Ловишка с мячом и защитниками»
27	Удары мяча о пол и ловля его одной рукой.	1	Разучивают разминку в парах, повторяют технику бросков и ловли мяча в парах, разучивают подвижную игру «Ловишка с мячом и защитниками»

28	Подбрасывание и ловля мяча двумя руками. Подвижная игра «Попади в мяч».	1	Разучивают разминку в парах, повторяют технику бросков и ловли мяча в парах, разучивают подвижную игру «Попади в мяч».
29	Ловля мяча, отскочившего от пола. Удары мяча о пол и ловля его одной рукой. Эстафета.	1	Разучивают разминку с мячом, повторяют технику броска мяча.
30	Подбрасывание и ловля мяча двумя руками. Подвижная игра «Передача мячей в колоннах».	1	Разучивают разминку с мячом, повторяют технику броска мяча.
31	Ловля и передача мяча на месте в парах. Забрасывание мяча в корзину. Эстафета.	1	Разучивают разминку с мячом, повторяют технику броска мяча.
32	Ловля и передача мяча в движении. Забрасывание мяча в корзину. Подвижная игра «Метко в цель».	1	Повторяют разминку с мячом, повторяют технику броска мяча
33	Эстафета. Подвижная игра «Мяч на полу».	1	Повторяют разминку с мячом, повторяют технику броска мяча
34	Т.Б. на уроках по легкой атлетике. Бег 30 м. Подвижная игра с элементами легкой атлетики.	1	Повторяют перестроение в колонну и шеренгу, знакомятся с организационно-методическими требованиями, проводят подвижную игру «Ловишки и Салки с домиками»

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Литература

Примерная адаптированная основная образовательная программа общего образования, разработанная на основе ФГОС для обучающихся с умственной отсталостью (вариант1).

Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: подготовительный и 1-4 классы. Под редакцией В.В.Воронковой. М.: Просвещение, 2010

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

1. Компьютер
2. Принтер
3. Мячи (футбольные, баскетбольные, волейбольные)
4. Волейбольная сетка
5. Баскетбольные кольца на щитах.
6. Теннисный стол (теннисные мячики, ракетки)
7. Скакалки, обручи
8. Маты гимнастические
9. Конь гимнастический
10. Стойки, планка для прыжков в высоту
11. Мячи для метания
12. Канаты для перетягивания
13. Игра «Дартс»
14. Секундомер
15. Скамейки гимнастические жесткие
16. Гантели
17. Лыжи
18. Перекладина гимнастическая пристенная
19. Рулетка, свистки

