

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ
«СПЕЦИАЛЬНАЯ (КОРРЕКЦИОННАЯ) ШКОЛА № 28 г. ТУЛУНА»

РАССМОТРЕНА
на заседании МО
протокол № 1 от 30. 08. 2023

СОГЛАСОВАНО
Зам. Директора по УР
Михайлова Л.В
30.08.2023г

УТВЕРЖДЕНА
Приказом № 66
От 31. 08. 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по предмету
«Адаптивная физическая культура»
6 класс
(вариант 2)
2023 – 2024 учебный год

Составитель: учитель Е.Л.Петух

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного предмета «Адаптивная физическая культура» для 6 класса (Вариант 2) составлена на основе Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умеренной умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (Вариант 2) Государственного общеобразовательного казенного учреждения «Специальная (коррекционная) школа №28 г. Тулуна» (Приказ «Об утверждении адаптированных программ» от 31.08.2023г. № 66).

Программа детализирует и раскрывает содержание ФГОС, определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития, обучающихся средствами учебного предмета в соответствии с целями изучения предмета «Физическая культура», который определен стандартом.

Адаптивная Физическая культура является составной частью образовательного процесса обучающихся. Она решает образовательные, воспитательные, коррекционно-развивающие и лечебно-оздоровительные задачи. Физическое воспитание рассматривается и реализуется комплексно, и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым обучением; занимает одно из важнейших мест в подготовке этой категории обучающихся к самостоятельной жизни, производительному труду, воспитывает положительные качества личности, способствует социальной интеграции школьников в общество.

Цель программы «Адаптивная физическая культура»:

освоение обучающимися системы двигательных координации, физических качеств и способностей, направленных на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование его организма.

Задачи:

1. совершенствование двигательных, интеллектуальных, волевых и эмоциональных навыков;
2. формирование целенаправленных действий под руководством учителя в подвижных играх.
3. укрепление и сохранение здоровья детей, профилактика болезней и возникновения вторичных заболеваний.
4. улучшение качества имеющихся движений, предупреждение их нарушений;
5. стимуляция появления новых движений;
6. формирование и совершенствование основных и прикладных двигательных навыков;
7. обучение переходу из одной позы в другую;

8. развитие и закрепление функционально важных навыков, необходимых для использования в повседневной жизни;
9. приучение к дисциплинированности, организованности, элементарной самостоятельности.

Коррекционно-развивающие задачи:

- развитие зрительного восприятия и узнавания;
- развитие пространственных представлений и ориентации;
- развитие основных мыслительных операций;
- развитие крупной моторики и координации;
- обогащение словаря.

Воспитательные задачи: получение удовольствия от занятий физкультурой, радость от достигнутых результатов.

Общая характеристика предмета «Адаптивная физическая культура»

Учебный предмет охватывает область физической культуры, является неотъемлемым условием активизации познания и овладения жизненными компетенциями обучающихся.

В процессе адаптивной физической культуры решаются образовательные, коррекционно-компенсаторные, воспитательные и лечебно-оздоровительные задачи. Это обусловлено характерологическими особенностями развития учащихся 6 класса. В двигательной сфере отмечаются нарушения координации, точности и темпа движений, сенсомоторики. Нарушения опорно-двигательного аппарата (осанка), отставание в росте и т.д. Память характеризуется слабым развитием, низким уровнем запоминания, затруднением перевода в долговременную. Внимание малоустойчивое, отмечается замедленность переключения. Существенно страдают волевые процессы, дети не умеют руководить своей деятельностью. Зачастую самые простые по технике выполнения физические упражнения становятся для детей кл трудновыполнимыми из-за нарушения аналитико – синтетической деятельности, ослабленного физического развития, нарушения согласованности движений и пр. Таким образом, физическое развитие и повышение уровня двигательной активности является чрезвычайно актуальной задачей обучения и воспитания детей.

Уроки по коррекционному курсу «Адаптивная физическая культура» проводятся 3 раза в неделю. На них ведущая роль принадлежит педагогу. Для обучения создаются такие специальные условия, которые дают возможность каждому ребёнку работать в доступном темпе, проявляя возможную самостоятельность. Учитель подбирает материал по объему и компонует по степени сложности, исходя из особенностей развития ребенка.

Методы, формы обучения

Успешность обучения детей зависит от методов и приёмов обучения. Их выбор зависит от содержания урока, уровня возможностей детей. В процессе обучения используются игровые, наглядные, словесные, практические методы и приемы:

- подражание действиям взрослого;
 - жестовая инструкция;
 - собственные действия ребенка по вербальной инструкции взрослого;
- Поощрение: словесное (похвала, признание, благодарность), наглядное, создание ситуации успеха.

Формы обучения:

- обучение ведется в игровой форме, используются элементы подражательности;
- процесс развития и обучения опирается на развитие у обучающегося (воспитанника) базовых эмоций для привлечения их внимания и интереса, для повышения мотивации обучения, побуждения познавательных потребностей;
- детальное расчленение материала на простейшие элементы, обучение ведется по каждому элементу, и лишь затем они объединяются в целое;
- большая повторяемость материала, применение его в новой ситуации;
- обязательная фиксация и эмоциональная оценка малейших достижений ребенка.

Интеграция содержания коррекционного курса с содержанием других предметов

Уроки по коррекционному курсу «Адаптивная физическая культура» помимо информационной нагрузки связаны непосредственно с жизнью ребенка, применением полученных знаний на практике. При изучении коррекционного курса широко используются межпредметные связи с учебными предметами: «Человек», «Двигательное развитие», «Речь и альтернативная коммуникация», «Музыка и движение».

Место предмета в учебном плане

В соответствии с учебным планом в 6 классе на предмет «Адаптивная физическая культура» отводится 102 часа в год, из расчета 3 часа в неделю.

Планируемые результаты освоения предмета «Адаптивная физкультура».

Личностные результаты.

- проявлять познавательный интерес;
- проявлять и выражать свои эмоции;
- коммуникативными средствами обозначать свое понимание или непонимание вопроса;
- участвовать в совместной деятельности;
- проявлять готовность следовать установленным правилам поведения и общения на уроке и на перемене;
- проявлять регулятивные способности в ходе обучающего процесса;
- проявлять эмоционально-положительное отношение к сверстникам, педагогам, другим взрослым.

Предметные результаты

- повышение реабилитационного потенциала коррекцию физического развития.

- развитие и поддержание интереса занятиями адаптивной физкультурой;
- умение воспринимать тактильные, вестибулярные/кинестетические раздражители;
- способность ориентироваться в пространстве;
- умение выполнять движения, действия по показу, словесной инструкции;
- умение делать простейшие исходные положения при выполнении общеразвивающих упражнений и движений в различных пространственных направлениях;
- умение ходить под хлопки;
- овладение навыками правильного захвата различных предметов, передачи и переноски их;
- прокатывание мяча двумя руками друг другу, под дуги, умение ловить мяч, брошенный учителем;
- умение сохранять равновесие в процессе движения по сенсорным тропам и дорожкам.

Содержание коррекционного курса

Первое полугодие:

Ознакомительно-ориентировочные действия в предметно-развивающей среде (1 час)

Освоение окружающего пространства; сосредоточение внимания при обращении. Знакомство учащегося с оборудованием и материалами для уроков физкультуры.

Ходьба и упражнения в равновесии (16 ч.)

Ходьба по прямой дорожке в прямом направлении с перешагиванием через предметы. Построения в колонну и шеренгу в нарисованных фигурах-ориентирах на полу. Построение в колонну по одному, равнение в затылок. Понятие «право» и «лево». Правая и левая рука и нога. Обучение в ходьбе в направлении (к игрушке). Упражнения в ходьбе по направлению к учителю, вслед за ним. Ходьба с различным положением рук: на поясе, за голову.

Бег (9 ч.)

Обучение бегу вслед за учителем, в направлении к нему. Упражнения в беге в заданном направлении с игрушкой (погремушкой, флажком, ленточкой, прикрепленной к палочке, дудочке, и т. п.). Бег за учителем «Догони Мишутку». Бег в направлении к учителю: «Беги ко мне», «Принеси и покажи».

Прыжки (9 ч.)

Упражнения на прыжки на гимнастических мячах, игрушках-прыгунах (гимнастический мяч, пони, зебра, и др.).

Подвижная игра «Прыгаем как мячики». Прыжки на месте и с движением вперед двух ног. Совместно с учителем (держит за руки или за одну руку) выполнение поскоков на месте на двух ногах.

Игрушках-прыгунах (гимнастический мяч, пони, зебра, и др.).

Бросание, ловля, метание, переноска грузов(15 ч.)

Упражнения в прокатывании мяча двумя руками друг другу. Ловля мяча, брошенного учителем (расстояние определяется исходя из особенностей

моторного развития учащихся), бросание мяча учителю. Помахивание флажками над головой и в ходьбе.

Наклоны туловища вперед и приседание с опусканием флажков на пол. Прокатывание мяча ногой. Игра с мячом «Футбол». Переноска 3-4 гимнастических палок. Переноска гимнастической скамейки и мата под руководством и с помощью учителя.

Ползание и лазанье (6 ч.)

Упражнения в ползании на четвереньках по прямой линии по указательному жесту учителя. Упражнения в проползании на четвереньках под дугой, в ворота, составленные из мягких модульных наборов («Радуга», «Забава»).

Упражнение в ползании на четвереньках. «Доползи до погремушки».

Упражнение в проползании на четвереньках под «воротами».

«Полоса препятствий»: лазание по туннелю.

Второе полугодие:

Ознакомительно-ориентировочные действия в предметно-развивающей среде (1 ч.)

Совместное с обучающимся выбор наиболее интересного спортивного оборудования (мячи, кегли, сенсорная дорожка). Игры с мячом.

Ходьба и упражнения в равновесии (12 ч.)

Упражнения в ходьбе по направлению к учителю, вслед за ним, к игрушке, друг за другом в указанном направлении. Ходьба по кругу взявшись за руки. Формирование умений учащегося двигаться под музыку.

Бег (8 ч.)

Подвижные игры на чередование бега и ходьбы «Беги ко мне», «Иди за мячом». Бег в разных направлениях. Бег парой по кругу. «Беги ко мне». «Беги за мячом».

Прыжки (9 ч.)

Прыжки на месте, совместно с учителем (держась за руки) «Прыгаем как мячики». Прыжки на месте, совместно с учителем (по подражанию) «Веселые зайчата». Упражнения на прыжки (на гимнастических мячах, игрушках-прыгунах)

Прыжки на одной ноге на месте. Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед.

Бросание, ловля, метание. (9 ч.)

Игровое упражнение с мячами различной величины. Подвижная игра с набором цветных колец «Брось как я». Подвижные игры с мячом. Подкидывание мяча ногой, ловля мяча руками.

Ползание и лазанье(3 ч.)

Лазанье по гимнастической стенке вверх и вниз до пятой рейки приставным шагом. Переползание на четвереньках в медленном темпе по коридору 15-25 см . «Кошка в гости нас зовет». Упражнения в проползании на четвереньках под дугой, в ворота, составленные из мягких модульных наборов. Упражнения в ползании на четвереньках по прямой линии по указательному жесту учителя.

Общеразвивающие и корригирующие упражнения (6ч.)

Дыхательные упражнения по подражанию. Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях.

Одновременное (поочередное) сгибание (разгибание) пальцев рук. Круговые движения руками в исходном положении “руки к плечам”. Движения головой: наклоны вперед, назад, в стороны. Поднимание головы в положении “лежа” на животе.

Подвижные игры (7 ч.)

«Полоса препятствий»: бег по скамейке, прыжки через кирпичики, лазание по туннелю. Подвижная игра «Собери пирамидку», «Бросай-ка».

Передача эстафеты.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Дата проведения		Тема урока	Отрабатываемые умения и навыки	Учебно-методическое оборудование	Кол-во часов
	По плану	По факту				
І четверть (27 ч.)						
<i>Ознакомительно-ориентировочные действия в предметно-развивающей среде (1ч.)</i>						
1.			Знакомство с помещением для занятий.	освоение окружающего пространства; умение сосредотачивать внимание при обращении учителя.	Оборудование спортивного зала	
<i>Ходьба и упражнения в равновесии (16 ч.)</i>						
2			Принятие исходного положения для построения и перестроения основная стойка.	понимание инструкции, умение сосредотачивать внимание при обращении учителя.	Оборудование спортивного зала	
3-4			Принятие исходного положения для построения и перестроения (стойка «ноги на ширине плеч» («ноги на ширине ступни»).	понимание инструкции; умение сосредотачивать внимание при обращении учителя.	Оборудование спортивного зала	
5			построения в колонну и шеренгу в нарисованных фигурах-ориентирах на полу.	сосредотачивать внимание при обращении учителя.	Оборудование спортивного зала	
6			Построение в колонну по одному, равнение в затылок	сосредотачивать внимание при обращении учителя.	Оборудование спортивного зала	

7			Понятие «право» и «лево» Правая и левая рука и нога.	понимание инструкции; умение сосредотачивать внимание при обращении учителя.	Оборудование спортивного зала	
8			Размыкание на вытянутые руки в стороны, на вытянутые руки вперед.	понимание инструкции; умение сосредотачивать внимание при обращении учителя.	Оборудование спортивного зала	
9-10			Повороты на месте направо, налево.	Понимание инструкции. Умение придерживаться определенного направления передвижения.	Оборудование спортивного зала	
11			Ходьба по прямой дорожке в прямом направлении с перешагиванием через предметы.	понимание инструкции; умение сосредотачивать внимание при обращении учителя.	Оборудование спортивного зала	
12			Ходьба по извилистой дорожке	сосредотачивать внимание при обращении учителя.	Оборудование спортивного зала	
13			Ходьба по прямой дорожке по направлению к игрушке взявшись за руки.	Понимание инструкции. Умение придерживаться определенного направления передвижения.	Оборудование спортивного зала	
14			Ходьба по прямой дорожке по направлению к игрушке самостоятельно.	Умение сохранять устойчивое положение тела, осанку.	Оборудование спортивного зала	
15-16			Ходьба с различным положением рук: на поясе, за голову.	Умение сохранять устойчивое положение тела, осанку.	Оборудование спортивного зала	
17			Ходьба вниз по наклонной поверхности.	Умение сохранять устойчивое положение тела, осанку.	Оборудование спортивного зала	
18			Ходьба вверх и вниз по наклонной поверхности.	Умение сохранять устойчивое положение тела, осанку.	Оборудование спортивного зала	
Бег (9 ч.)						

19-20			Бег вслед за учителем, в направлении к нему.	выполнение инструкции; умение двигаться в заданных	Оборудование спортивного зала	
21			Бег за учителем «Догони Мишутку».	выполнение инструкции; умение двигаться в заданных	Оборудование спортивного зала	
22-23			Чередование бега с ходьбой.	выполнение инструкции; умение двигаться в заданных направлениях.	Оборудование спортивного зала	
24-25			Бег в направлении к учителю «Принеси и покажи».	выполнение инструкции; умение двигаться в заданных направлениях.	Оборудование спортивного зала	
26			Прыжки на мячах и игрушках-прыгунах.	выполнение инструкции сохранение устойчивого равновесия при прыжках.	Спортивный инвентарь.	
27			Прыжки на мячах и игрушках-прыгунах.	выполнение инструкции сохранение устойчивого равновесия при прыжках.	Спортивный инвентарь	
II четверть (21 ч.)						
<i>Бросание, ловля, метание, переноска грузов (15 ч.)</i>						
28			Прокатывание мяча двумя руками в любом направлении.	умение отталкивать мяч обеими руками одновременно.	Спортивный инвентарь.	
29			Прокатывание мяча двумя руками в направлении к учителю.	умение отталкивать мяч обеими руками одновременно.	Спортивный инвентарь.	
30			Помахивание флажками над головой и в ходьбе.	умение выполнять махи флажком в разных и.п.	Спортивный инвентарь.	
31			Наклоны туловища вперед и приседание с опусканием флажков на пол.	умение выполнять наклоны туловища с флажками в руках	Спортивный инвентарь	
32			Прокатывание мяча ногой	умение прокатывать мяча ногой, выполнение	Спортивный инвентарь.	

33-34			Игра с мячом «Футбол»	умение прокатывать мяча ногой, выполнение инструкции.	Спортивный инвентарь.	
35			Переноска 3-4 гимнастических палок	уметь выполнять переноску гимнастических палок	Спортивный инвентарь.	
36-37			переноска гимнастической скамейки и мата под руководством и с помощью учителя.	уметь переносить спортивный инвентарь с помощью учителя		
38			Ловля баскетбольного мяча.	уметь ловить баскетбольный мяч без отскока от пола.	Спортивный инвентарь.	
39-40			Бросание мяча учителю	ловля мяча; бросание мяча в заданном направлении;	Спортивный инвентарь.	
41-42			Ловля, бросание мяча учителю: «Поймай мяч».	выполнение инструкции.	Спортивный инвентарь.	
Ползание и лазанье (6 ч.)						
43			Упражнение в ползании на четвереньках. «Доползи до погремушки».	умение сосредоточить внимание; умение передвигаться на четвереньках.	Оборудование спортивного зала.	
44-45			Упражнения в ползании на четвереньках по прямой линии по указательному жесту учителя.	умение сосредоточить внимание; умение передвигаться на четвереньках.	Оборудование спортивного зала.	
46			Упражнения в проползании на четвереньках под дугой, в ворота, составленные из мягких модульных наборов («Радуга», «Забава»).	умение сосредоточить внимание; умение передвигаться на четвереньках.	Оборудование спортивного зала.	
47			Упражнение в проползании на четвереньках под «воротами».	умение сосредоточить внимание; умение передвигаться на четвереньках.	Оборудование спортивного зала.	

48			«Полоса препятствий»: лазание по туннелю.	умение сосредоточить внимание; умение передвигаться на четвереньках.	Оборудование спортивного зала.	
III четверть (32 ч.)						
<i>Ознакомительно-ориентировочные действия в предметно-развивающей среде (1ч.)</i>						
49			Совместный выбор с учащимся наиболее интересного спортивного оборудования (мячи, кегли и т.д.)	освоение окружающего пространства; умение сосредотачивать внимание при обращении учителя.	Спортивный инвентарь.	
<i>Ходьба и упражнения в равновесии (13 ч.)</i>						
50			Ходьба по прямой дорожке в прямом направлении с перешагиванием через предметы.	понимание инструкции; умение сосредотачивать внимание при обращении учителя.	Оборудование спортивного зала	
51			Ходьба по кругу взявшись за руки	Понимание инструкции; умение выполнять ходьбу по кругу совместно с учителем	Оборудование спортивного зала	
52			Ходьба с удержанием рук за спиной.	понимание инструкции; умение двигаться в заданных направлениях.	Спортивный инвентарь.	
53-54			Ходьба ровным шагом на носках.	Понимание инструкции; умение сосредотачивать внимание при обращении учителя.	Спортивный инвентарь.	
55-56			Ходьба ровным шагом на пятках.	умение сосредотачивать внимание при обращении учителя.	Спортивный инвентарь.	
57			Ходьба в умеренном, (медленном, быстром) темпе.	умение сосредотачивать внимание при обращении учителя.	Спортивный инвентарь.	
58			Упражнения в ходьбе по направлению к учителю, вслед за ним, к игрушке.	понимание инструкции; умение ориентироваться в пространстве по указательному жесту.	Оборудование спортивного зала	

59-60			Упражнения в ходьбе по направлению к учителю, вслед за ним, к игрушке. «Иди ко мне», «Где погремушка»?	понимание инструкции; умение ориентироваться в пространстве по указательному жесту.	Оборудование спортивного зала	
61-62			Упражнение на развитие равновесия (с помощью учителя) « Идем в гости по дорожке», « Пройди по мостику»	понимание инструкции; умение ориентироваться в пространстве по указательному жесту;	Оборудование спортивного зала	
Бег (8 ч.)						
63-64			Бег в разных направлениях.	выполнение инструкции; умение двигаться в заданных направлениях	Оборудование спортивного зала.	
65			Бег парой по кругу.	выполнение инструкции; умение двигаться в заданных направлениях	Оборудование спортивного зала.	
66-67			Бег в разных направлениях: «Беги ко мне»	выполнение инструкции; умение двигаться в заданных направлениях	Оборудование спортивного зала.	
68-69			Бег в разных направлениях: «Беги за мячом».	выполнение инструкции; умение двигаться в заданных направлениях	Спортивный инвентарь.	
70			Бег в умеренном, медленном темпе совместно с учителем.	выполнение инструкции; умение двигаться в заданных направлениях	Спортивный инвентарь.	
Прыжки (10 ч.)						
71			Прыжки на месте, совместно с учителем (держась за руки) «Прыгаем как мячики».	сохранение устойчивого равновесия при прыжках; умение отталкиваться обеими ногами одновременно.	Оборудование спортивного зала	
72-73			Прыжки на месте, совместно с учителем (по подражанию)	сохранение устойчивого равновесия при прыжках; умение отталкиваться обеими ногами одновременно.	Оборудование спортивного зала	

			«Веселые зайчата»			
74-75			Упражнения на прыжки (на гимнастических мячах, игрушках-прыгунах)	выполнение инструкции сохранение устойчивого равновесия при прыжках.	Оборудование спортивного зала	
76-77			Прыжки на одной ноге на месте.	выполнение инструкции сохранение устойчивого равновесия при прыжках.	Оборудование спортивного зала	
78-79			Прыжки на двух ногах на месте.	выполнение инструкции сохранение устойчивого равновесия при прыжках.	Оборудование спортивного зала	
80-81			Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.	выполнение инструкции сохранение устойчивого равновесия при прыжках.	Оборудование спортивного зала	
IV четверть (26 ч.)						
<i>Бросание, ловля, метание (9 ч.)</i>						
82			Игры с мячом: «Прокати мне» и «Поймай мяч».	отталкивание мяча обеими руками одновременно;	Спортивный инвентарь.	
83-84			Игровое упражнение с мячами различной величины.	прокатывание мяч в заданном направлении.	Спортивный инвентарь.	
85-86			Бросание мяча учителю: «Поиграем в мяч»	ловля мяча; бросание мяча в заданном направлении; выполнение инструкции.	Спортивный инвентарь.	
87-88			Броски среднего мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку).	Бросание мяча вверх; выполнение инструкции.	Спортивный инвентарь.	
89-90			Броски малого мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку).	Бросание мяча вверх; выполнение инструкции.	Спортивный инвентарь.	
<i>Ползание и лазанье (3 ч.)</i>						
91-92			Лазанье по гимнастической стенке вверх и вниз до пятой рейки приставным шагом	умение сосредоточить внимание; умение передвигаться по гимнастической стенке	Оборудование спортивного зала	

93			Переползание на четвереньках в медленном темпе по коридору 15-25 см	умение переползать на четвереньках через узкий коридор; развитие крупной моторики.	Оборудование спортивного зала	
Общеразвивающие и корригирующие упражнения (6ч.)						
94			Дыхательные упражнения по подражанию.	правила выполнения упражнений. упражнения под руководством учителя.	Оборудование спортивного зала	
95			Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях.	правила выполнения упражнений. упражнения под руководством учителя.	Оборудование спортивного зала	
96			Одновременное (поочередное) сгибание (разгибание) пальцев рук.	правила выполнения упражнений. развитие мелкой моторики.	Оборудование спортивного зала	
97			Круговые движения руками в исходном положении "руки к плечам".	правила выполнения упражнений. упражнения под руководством учителя.	Оборудование спортивного зала	
98			Движения головой: наклоны вперед, назад, в стороны.	Коррекция слухового восприятия и внимания через упражнения по сигналу учителя.	Спортивный инвентарь.	
99			Поднимание головы в положении "лежа" на животе.	Коррекция слухового восприятия и внимания через упражнения по сигналу учителя.	Спортивный инвентарь.	
Подвижные игры (7 ч.)						
100-101			«Полоса препятствий»: бег по скамейке.	освоить технику бега по скамейке; выполнение инструкции.	Оборудование спортивного зала	
102			«Полоса препятствий»: прыжки через кирпичики.	освоить технику прыжков через кирпичики; выполнение инструкции.	Спортивный инвентарь.	
103			«Полоса препятствий»: лазание по туннелю.	умение передвигаться на четвереньках; выполнение инструкции.	Спортивный инвентарь.	

104			Подвижная игра «Собери пирамидку».	бег к пирамидке, надевание кольца, бег в обратную сторону, передача эстафеты.	Спортивный инвентарь.	
105			Подвижная игра «Бросай-ка».	«Бросай-ка»: соблюдение правил игры.	Спортивный инвентарь.	
106-107			Передача эстафеты.	Передача эстафеты.	Оборудование спортивного зала	

Учебно – методическое обеспечение:

1. «Игры, развивающие психические качества личности школьника: Методическое пособие». Шмаков С. А. – М.:ЦГЛ, 2004
2. Программа образования учащихся с умеренной и тяжёлой умственной отсталостью» под редакцией Л. Б. Баряевой и Н. Н. Яковлевой, -СПб, 2011
3. Программно-методический материал «Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта» под редакцией профессора И.М. Бгажноковой, Москва, 2007
4. Стребелева Е.А. Коррекционно-развивающее обучение детей в процессе дидактических игр: пособие для учителя-дефектолога/ Е.А.Стребелева. –М., 2008.