

ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДОНЕЦКАЯ СПЕЦИАЛЬНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 28»

РАССМОТРЕНО

на заседании МО учителей-
предметников

Протокол от «__»__ г. №__

Руководитель МО учителей-
предметников

_____ В.С. Коломоец

СОГЛАСОВАНО

зам. директора по УР

_____ А.Ю. Хелемендык

«__» _____ г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГКОУ «Донецкая СШИ № 28»

_____ С.В. Дермен

«__» _____ г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по предмету
«Адаптивная физическая культура»
для 6-Б, 7-Б, 8-Б, 9-Б классов
(Вариант II)

Рабочую программу составила:

_____ Н.Н. Герасименко

2024-2025 учебный год

ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» разработана на 2024-2025 учебный год в соответствии с:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273 - ФЗ
- Федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599
- Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2) утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026
- Приказом Министерства просвещения РФ от 17.07.2024 г. № 495 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных адаптированных образовательных программ» (зарег. в Минюсте России 15.08.2024 г. № 79163);
- Адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития. (Вариант 2) Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Донецкая специальная школа – интернат № 28», утвержденной приказом № _____ от _____.
- Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28 «Об утверждении санитарных правил с.п.2.4.3648-20 санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
- Календарного годового графика работы образовательного учреждения на 2024-2025 учебный год.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая рабочая программа по предмету «Адаптивная физическая культура» является одной из значимых компонентов системы педагогической работы в школе-интернате и составлена в соответствии с целями и задачами обучения и воспитания. Программа разработана в целях решения оздоровительных, образовательных, воспитательных и коррекционных задач.

Цель:

- повышение двигательной активности детей и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни;

Задачи:

- формирование и совершенствование основных и прикладных двигательных навыков;
- формирование туристических навыков, умения кататься на велосипеде, ходить на лыжах, плавать, играть в спортивные игры;
- укрепление и сохранение здоровья обучающихся, профилактика болезней и возникновения вторичных заболеваний.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Физическое воспитание — неотъемлемая часть комплексной системы учебно-воспитательной работы в школе, в которой обучаются дети с ограниченными возможностями здоровья. Оно направлено на решение образовательных, воспитательных, коррекционно-компенсаторных и лечебно-оздоровительных задач.

Физическое воспитание осуществляется в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим воспитанием и трудовым обучением, занимает одно из ведущих мест в подготовке обучающихся с ограниченными возможностями здоровья к самостоятельной жизни и производственному труду. Физическое воспитание способствует формированию положительных личностных качеств, является одним из средств успешной социальной интеграции детей в общество.

Характерной особенностью детей с ограниченными возможностями здоровья является наличие у них разнообразных нарушений психического и физического развития, обусловленных органическим поражением центральной нервной системы различной этиологии, возникающих на разных возрастных этапах индивидуального развития.

Снижение тонуса коры головного мозга ведет к усилению позотонических рефлексов, что затрудняет выполнение двигательных действий, приводит к неравномерному распределению силы мышц, создает скованность в движениях и статических позах.

У многих обучающихся отмечаются нарушения со стороны сердечно-сосудистой, дыхательной, вегетативной, эндокринной систем. Наблюдается слабость миокарда, аритмия; дыхание нарушено по частоте, глубине, ритму; нарушена согласованность дыхательного акта с двигательной нагрузкой. У

многих детей замечено отставание в росте, весе от показателей возрастной нормы, непропорциональное телосложение, различные отклонения в осанке.

Нередко у детей встречаются стертые двигательные нарушения, которые могут быть незаметными в бытовых условиях, но проявляются при значительной физической нагрузке, в усложненных двигательных заданиях.

К характеристике физического развития добавляется недоразвитие интеллекта, в частности речи, что в свою очередь приводит к недостаточному осмыслению речевых инструкций и заданий, что требует дополнительного внимания учителя физкультуры как при организации учебной работы, так и спортивно-массовых внеклассных мероприятий с детьми.

Особого внимания требуют дети с эпилептическими припадками, с текущими заболеваниями ЦНС, хроническими соматическими заболеваниями. Такие дети нуждаются в особом охранительном режиме, они не могут выполнять задания и упражнения, требующие больших физических усилий, ведущих к чрезмерному возбуждению нервной системы.

Уроки физического воспитания направлены, в первую очередь, на развитие и совершенствование движения детей и, по возможности, проводятся в сентябре – октябре, мае на свежем воздухе. На уроках используются нетрадиционные формы изучения программного материала, различные подвижные и ролевые игры и игровые ситуации, которые имеют большое значение для укрепления здоровья детей, стимуляции интереса к занятиям.

Каждый урок по физической культуре должен планироваться в соответствии с основными дидактическими требованиями: постепенным повышением нагрузки в упражнениях и переходом в конце урока к успокоительным упражнениям, чередованием различных видов упражнений, подбором упражнений, соответствующих возможностям учащихся. Урок целесообразно строить из четырех частей (вводной, подготовительной, основной, заключительной), которые должны быть методически связаны между собой.

Программа по адаптивной физической культуре включает 6 разделов: "Плавание", "Коррекционные подвижные игры", "Велосипедная подготовка", "Лыжная подготовка", "Физическая подготовка", "Туризм".

Содержание раздела "Плавание" включает задачи на формирование умений двигаться в воде и навыка плавания. Раздел "Коррекционные подвижные игры" включает элементы спортивных игр и спортивных упражнений, подвижные игры. Основными задачами являются формирование умения взаимодействовать в процессе игры, соблюдать правила игры. На занятиях по велосипедной подготовке обучающиеся осваивают езду на трехколесном и двухколесном велосипеде. Раздел "Лыжная подготовка" предусматривает

формирование навыка ходьбы на лыжах и дальнейшее его совершенствование. Раздел "Физическая подготовка" включает построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения. Программный материал раздела "Туризм" предусматривает овладение различными туристическими навыками.

ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

В учебном плане на предмет «Адаптивная физическая культура» в 5 классе отводится 3 часа в неделю и 102 часа в год, в 6 – 9 классах отводится по 2 часа в неделю и по 68 часов в год. Продолжительность учебного года 34 недели. Рабочая программа составлена в соответствии с количеством часов, указанных в учебном плане.

Количество часов может варьироваться учителем, исходя из структуры учебного года и расписания уроков на текущий год.

Учитель оставляет за собой право изменять тематику календарного планирования в зависимости от сложности недостатков психофизического развития обучающихся, по необходимости увеличивать количество часов на определенную тему за счет повторения учебного материала.

Класс	Предмет	Кол-во часов в год	Кол-во часов в неделю
6	«Физическая культура»	68	2
7	«Физическая культура»	68	2
8	«Физическая культура»	68	2
9	«Физическая культура»	68	2

РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

В соответствии с требованиями ФГОС к ФАООП УО (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.

В структуре планируемых результатов ведущее место принадлежит личностным результатам, поскольку именно они обеспечивают

овладение комплексом социальных (жизненных) компетенций, необходимых для достижения основной цели современного образования — введения обучающихся с умеренной умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в культуру, овладение ими социокультурным опытом. Предметные результаты освоения программы образования включают освоенные обучающимися знания и умения, специфичные для физической культуры.

5 класс

Личностные результаты:

- проявление интереса к адаптивным ситуациям для реализации своих образовательных потребностей;
- положительное взаимодействие со сверстниками в разных адаптивных ситуациях.
- владение алгоритмом действий и правилам поведения в учебной ситуации

Предметные результаты:

- выполнение движений и действий по речевой инструкции, или по показу взрослого самостоятельно или с помощью взрослого;
- выполнение действий с мячом: броски мячей разного размера; прокатывание мяча одной, двумя руками;
- ходьба по ровной дорожке (или по скамейке), друг за другом, в паре, с руками на поясе;
- умение стоять друг за другом (колонна, шеренга) на вытянутые руки (вперед, в стороны), стоять взявшись за руки, строиться в круг;
- умение ориентировки в зале по конкретным ориентирам (вход, выход, стены, потолок, пол, углы);
- овладение навыками передвижения (одноименным, разноименным) по шведской стенке;
- умение выполнения простейших исходных положений при выполнении общеукрепляющих упражнений и движений в различных пространственных направлениях;
- овладение приемами правильного дыхания (по показу учителя) и выполнение простейших заданий по словесной инструкции учителя;
- овладение навыками ходьбы и бега в строю, в колонне по одному;
- овладение навыками координации толчка двумя ногами в различных видах прыжков и умение мягко приземляться в прыжке;
- овладение навыками правильного захвата различных предметов, передачи и переноски их;
- умение преодолевать различные препятствия.

6 класс

Личностные результаты:

- проявление интереса к адаптивным ситуациям для реализации своих образовательных потребностей;
- положительное взаимодействие со сверстниками в разных адаптивных ситуациях;
- владение алгоритмом действий и правилам поведения в учебной ситуации.

Предметные результаты:

- выполнение движений и действий по показу взрослого самостоятельно или с помощью взрослого;
- выполнение действий с мячом: броски партнеру и умение ловить мячи среднего размера;
- ходьба по ровной дорожке (или по скамейке) друг за другом;
- умение стоять друг за другом, стоять, взявшись за руки; строиться в круг, взявшись за руки;
- прыгать на двух, на одной ноге на месте, взявшись за руки с учителем;
- ползать, подползать, переползать через препятствие;
- выполнение доступных разминочных упражнений;
- умение передвигаться любым доступным способом по шведской стенке;
- умение пользоваться спортивными снарядами или орудиями (мячами, кеглями, кольцами и пр.);
- навык правильного захвата различных предметов, передача и переноска их.

7 класс

Личностные результаты:

- проявление интереса к адаптивным ситуациям для реализации своих образовательных потребностей;
- положительное взаимодействие со сверстниками в разных адаптивных ситуациях;
- владение алгоритмом действий и правилам поведения в учебной ситуации

Предметные результаты:

- выполнение движений и действий по показу взрослого самостоятельно или с помощью взрослого;
- выполнение действий с мячом: броски партнеру и умение ловить мячи среднего размера;
- ходьба по ровной дорожке (или по скамейке) друг за другом;
- умение стоять друг за другом, стоять, взявшись за руки; строиться в круг, взявшись за руки;
- прыгать на двух, на одной ноге на месте, взявшись за руки с учителем;
- спрыгивать в глубину с приземлением на две ноги, за руки с учителем;

- ползать, подползать, переползать через препятствие;
- выполнение доступных разминочных упражнений;
- умение передвигаться любым доступным способом по шведской стенке;
- умение пользоваться спортивными снарядами или орудиями (мячами, кеглями, кольцами и пр.);
- навык правильного захвата различных предметов, передача и переноска их.

8 класс

Личностные результаты:

- проявление интереса к адаптивным ситуациям для реализации своих образовательных потребностей;
- положительное взаимодействие со сверстниками в разных адаптивных ситуациях;
- владение алгоритмом действий и правилам поведения в учебной ситуации.

Предметные результаты:

- выполнение движений и действий по показу взрослого самостоятельно или с помощью взрослого;
- выполнение действий с мячом: броски партнеру и умение ловить мячи среднего размера;
- ходьба по ровной дорожке (или по скамейке) друг за другом;
- умение стоять друг за другом, стоять, взявшись за руки; строиться в круг, взявшись за руки;
- прыгать на двух, на одной ноге на месте, взявшись за руки с учителем;
- спрыгивать в глубину с приземлением на две ноги, за руки с учителем;
- ползать, подползать, переползать через препятствие;
- выполнение доступных разминочных упражнений;
- умение передвигаться любым доступным способом по шведской стенке;
- умение пользоваться спортивными снарядами или орудиями (мячами, кеглями, кольцами и пр.).
- навык правильного захвата различных предметов, передача и переноска их

9 класс

Личностные результаты:

- проявлять интерес к адаптивным ситуациям для реализации своих двигательных потребностей;
- положительно взаимодействовать с близкими взрослыми в разных адаптивных ситуациях.

Предметные результаты:

- выполнять действия с мячом: бросать (удерживать или отдавать) в руки взрослому мячи разного размера;

- ходить или стоять с помощью взрослого, удерживая предмет в руке; отдавать его в руки взрослому; или поворачиваться в сторону взрослого, эмоционально или двигательно реагируя на тактильное воздействие игрушкой;
- стоять, или сидеть, или лежать на боку, пользуясь поддержкой взрослого, или вспомогательным средством (поручнем, подлокотником);
- эмоционально и двигательно реагировать на совместные доступные разминочные упражнения;
- выполнение движений и действий по показу взрослого самостоятельно или с помощью взрослого;
- выполнение действий с мячом: броски партнеру и умение ловить мячи среднего размера;
- ходьба по ровной дорожке (или по скамейке) друг за другом;
- умение стоять друг за другом, стоять, взявшись за руки; строиться в круг, взявшись за руки;
- прыгать на двух, на одной ноге на месте, взявшись за руки с учителем;
- спрыгивать в глубину с приземлением на две ноги, за руки с учителем;
- ползать, подползать, переползать через препятствие;
- выполнение доступных разминочных упражнений;
- умение передвигаться любым доступным способом по шведской стенке;
- умение пользоваться спортивными снарядами или орудиями (мячами, кеглями, кольцами и пр.).
- навык правильного захвата различных предметов, передача и переноска их.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Содержание учебного предмета "Адаптивная физическая культура" представлено следующими разделами: "Плавание", "Коррекционные подвижные игры", "Велосипедная подготовка", "Лыжная подготовка", "Физическая подготовка", "Туризм".

Раздел "Плавание".

Данный раздел, в текущем учебном году, в рамках урочной деятельности включает теоретические сведения.

Теоретические сведения. Техника безопасности и правила поведения в бассейне. Правила гигиены в бассейне. ОРУ и специальные упражнения на суше. Имитация подготовительных и дыхательных упражнений на суше.

Раздел "Коррекционные подвижные игры".

Элементы спортивных игр и спортивных упражнений. Баскетбол. Узнавание баскетбольного мяча. Передача баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Ловля баскетбольного мяча без отскока от пола (с

отскоком от пола). Отбивание баскетбольного мяча от пола одной рукой. Ведение баскетбольного мяча по прямой (с обходом препятствия). Броски мяча в кольцо двумя руками.

Волейбол. Узнавание волейбольного мяча. Подача волейбольного мяча сверху (снизу). Прием волейбольного мяча сверху (снизу). Игра в паре без сетки (через сетку).

Футбол. Узнавание футбольного мяча. Выполнение удара в ворота с места (пустые ворота, с вратарем), с 2-х шагов (пустые ворота, с вратарем), с разбега (пустые ворота, с вратарем). Прием мяча, стоя в воротах: ловля мяча руками, отбивание мяча ногой (руками). Ведение мяча. Выполнение передачи мяча партнеру. Остановка катящегося мяча ногой.

Бадминтон. Узнавание (различение) инвентаря для бадминтона. Удар по волану: нижняя (верхняя) подача. Отбивание волана снизу (сверху). Игра в паре.

Подвижные игры. Соблюдение правил игры "Стоп, хоп, раз". Соблюдение правил игры "Болото". Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете "Полоса препятствий": бег по скамейке, прыжки через кирпичики, пролезание по туннелю, бег, передача эстафеты. Соблюдение правил игры "Пятнашки". Соблюдение правил игры "Рыбаки и рыбки". Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете "Собери пирамидку": бег к пирамидке, надевание кольца, бег в обратную сторону, передача эстафеты. Соблюдение правил игры "Бросай-ка". Соблюдение правил игры "Быстрые санки". Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете "Строим дом".

Раздел "Велосипедная подготовка".

Узнавание (различение) составных частей трехколесного велосипеда: руль, колесо, педали, седло, рама, цепь. Соблюдение последовательности действий при посадке на трехколесный велосипед: перекидывание правой ноги через раму, постановка правой ноги на педаль, посадка на седло, постановка левой ноги на педаль. Соблюдение правил дорожного движения во время езды по дороге: Уход за велосипедом (содержание в чистоте, сообщение о неисправности велосипеда, накачивание колеса)

Раздел "Лыжная подготовка".

Теоретические сведения: Узнавание (различение) лыжного инвентаря (лыжи, палки, ботинки). Транспортировка лыжного инвентаря. Теоретические сведения. Занятия ходьбой, как средство закаливания организма, санитарно-гигиенические требования к занятиям. Зимние виды спорта.

Раздел "Туризм".

Узнавание (различение) предметов туристического инвентаря (рюкзак, спальник, туристический коврик, палатка, котелок, тренога).

Соблюдение последовательности действий при складывании вещей в рюкзак (например, банка тушенки, обувь, одежда, набор походной посуды, средства личной гигиены).

Соблюдение последовательности действий при раскладывании спального мешка: раскрытие чехла, вынимание мешка из чехла, развязывание тесьмы, раскатывание мешка.

Узнавание (различение) составных частей палатки: днище, крыша, стены палатки, растяжки, стойка, колышки. Подготовка места для установки палатки. Раскладывание палатки. Ориентировка в частях палатки. Вставление плоских (круглых) колышков при закреплении палатки на земле.

Соблюдение последовательности действий при разборке установленной палатки: вынимание колышков (с растяжки, из днища), складывание колышков в чехол, вытаскивание стоек, разборка и складывание стоек в чехол, складывание растяжек на палатку, сворачивание палатки, складывание палатки и всех комплектующих в сумку-чехол, закрывание сумки-чехла.

Подготовка кострового места. Складывание костра. Разжигание костра. Поддержание огня в костре. Тушение костра.

Соблюдение правил поведения в походе: нельзя отставать, убежать вперед, нельзя никуда уходить без разрешения взрослого, нельзя есть найденные в лесу грибы и ягоды без разрешения взрослого, нельзя бросать мусор в лесу, нельзя трогать лесных животных.

Раздел "Физическая подготовка".

Построения и перестроения. Принятие исходного положения для построения и перестроения: основная стойка, стойка "ноги на ширине плеч" ("ноги на ширине ступни"). Построение в колонну по одному, в одну шеренгу, перестроение из шеренги в круг. Размыкание на вытянутые руки в стороны, на вытянутые руки вперед. Повороты на месте в разные стороны. Ходьба в колонне по одному, по двое. Бег в колонне.

Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Дыхательные упражнения: произвольный вдох (выдох) через рот (нос), произвольный вдох через нос (рот), выдох через рот (нос). Одновременное (поочередное) сгибание (разгибание) пальцев. Противопоставление первого пальца остальным на одной руке (одновременно двумя руками), пальцы одной руки пальцам другой руки поочередно (одновременно). Сгибание пальцев в кулак на одной руке с одновременным разгибанием на другой руке. Круговые движения кистью. Сгибание фаланг пальцев. Одновременные (поочередные) движения руками в исходных положениях "стоя", "сидя", "лежа" (на боку, на спине, на животе): вперед, назад, в стороны, вверх, вниз, круговые движения. Круговые движения руками в исходном положении "руки к плечам". Движения плечами вперед

(назад, вверх, вниз). Движения головой: наклоны вперед (назад, в стороны), повороты, круговые движения. Поднимание головы в положении "лежа на животе". Наклоны туловища вперед (в стороны, назад). Повороты туловища вправо (влево). Круговые движения прямыми руками вперед (назад). Наклоны туловища в сочетании с поворотами. Стояние на коленях.

Ходьба с высоким подниманием колен. Хлопки в ладони под поднятой прямой ногой. Движения стопами: поднимание, опускание, наклоны, круговые движения. Приседание. Ползание на четвереньках. Поочередные (одновременные) движения ногами: поднимание (отведение) прямых (согнутых) ног, круговые движения. Переход из положения "лежа" в положение "сидя" (из положения "сидя" в положение "лежа"). Ходьба по доске, лежащей на полу. Ходьба по гимнастической скамейке: широкой (узкой) поверхности гимнастической скамейки, ровной (наклонной) поверхности гимнастической скамейки, движущейся поверхности, с предметами (препятствиями).

Прыжки на двух ногах (с одной ноги на другую). Стойка у вертикальной плоскости в правильной осанке. Движение руками и ногами, стоя у вертикальной плоскости: отведение рук в стороны, поднимание вверх и возвращение в исходное положение, поочередное поднимание ног вперед, отведение в стороны. Отход от стены с сохранением правильной осанки.

Ходьба и бег. Ходьба с удержанием рук за спиной (на поясе, на голове, в стороны). Движения руками при ходьбе: взмахи, вращения, отведение рук назад, в стороны, подъем вверх. Ходьба ровным шагом, на носках, пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, приседе. Ходьба в умеренном (медленном, быстром) темпе. Ходьба с изменением темпа, направления движения. Бег в умеренном (медленном, быстром) темпе. Бег с изменением темпа и направления движения. Преодоление препятствий при ходьбе (беге). Бег с высоким подниманием бедра (захлестыванием голени, приставным шагом).

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте (с поворотами, с движениями рук), с продвижением вперед (назад, вправо, влево). Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед (назад, вправо, влево). Перепрыгивание с одной ноги на другую на месте, с продвижением вперед. Прыжки в длину с места, с разбега. Прыжки в высоту, глубину.

Ползание. Ползание, подлезание, лазание, перелезание. Ползание на животе, на четвереньках. Подлезание под препятствия на животе, на четвереньках. Лазание по гимнастической стенке вверх (вниз, в стороны), по наклонной гимнастической скамейке вверх (вниз), через препятствия, по гимнастической сетке вправо (влево), по канату. Вис на канате, рейке. Перелезание через препятствия.

Метание. Броски, ловля, метание, передача предметов и перенос груза. Передача предметов в шеренге (по кругу, в колонне). Броски среднего (маленького) мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку). Ловля среднего (маленького) мяча одной (двумя) руками. Бросание мяча на дальность. Сбивание предметов большим (малым) мячом. Броски (ловля) мяча в ходьбе (беге). Метание в цель (на дальность). Перенос груза.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№п/ п	Вид программного материала	Количество часов				
		Классы				
		5	6	7	8	9
1	Физическая подготовка		20	20	20	20
2	Плавание		3	3	3	3
3	Велосипедная подготовка		5	5	5	5
4	Лыжная подготовка		6	6	6	6
5	Туризм		8	8	8	8
6	Коррекционные подвижные игры		26	26	26	26
	Всего:		68	68	68	68

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
6-Б КЛАСС

№ Урока п/п	№ темы, Урока по теме	Содержание учебного материала	Кол-во часов		Дата		Примечание
			План	Факт	План	Факт	
		1 ЧЕТВЕРТЬ Тема №1 «Физическая подготовка»	16				
1	1	Ознакомление с техникой безопасности на уроках физической культуры. Упражнения с предметами.	1		03.09		
2	2	Построения и перестроения. Размыкание на вытянутые руки в стороны, на вытянутые руки вперед.	1		05.09		
3	3	Разновидности ходьбы: на носках, на пятках, «змейкой». Упражнения в движении. Беговые и прыжковые движения.	1		10.09		
4	4	Упражнения для формирования правильной осанки.	1		12.09		
5	5	Ходьба с высоким подниманием колен. Хлопки в ладони под поднятой прямой ногой.	1		17.09		
6	6	Движения стопами: поднятие, опускание, наклоны, круговые движения. Приседание.	1		19.09		
7	7	Прыжки в длину с места, на одной ноге, на двух с поворотами вправо влево, кругом. Вис на руках	1		24.09		
8	8	Строевые упражнения. Комплекс упражнений для укрепления мышц.	1		26.09		
9	9	Упражнения в равновесии на гимнастической скамейке.	1		01.10		
10	10	Ходьба с изменением темпа, направления движения. Ходьба с высоким подниманием колен. Хлопки в ладони под поднятой прямой ногой.	1		03.10		
11	11	Броски, ловля, метание, передача предметов и перенос груза.	1		08.10		
12	12	Сбивание предметов большим (малым) мячом	1		10.10		
13	13	Переход из положения "лежа" в положение "сидя" (из положения "сидя" в положение "лежа").	1		15.10		
14	14	Метание малого мяча на дальность; метание малого мяча правой, левой рукой. П/игра «День и ночь»	1		17.10		

15	15	Прыжки через скакалку на месте в различном темпе	1		22.10		
16	16	Перепрыгивание с одной ноги на другую на месте, с продвижением вперед	1		24.10		
		2 ЧЕТВЕРТЬ Тема № 2 «Плавание»	3				
17	1	Соблюдение правил поведения и безопасности в бассейне. Выполнение движений ногами, лежа на животе, на спине на матах	1		05.11		
18	2	Выполнение движений руками, лежа на животе, на спине на матах	1		07.11		
19	3	Чередование поворота головы с дыханием. Сочетание движений ног с дыханием.	1		12.11		
		Тема № 3 «Коррекционные подвижные игры»	8				
20	1	Правила поведения учащихся при играх, предупреждение травматизма при игре.	1		14.11		
21	2	Коррекционная игра «Повтори, не ошибись»	1		19.11		
22	3	Коррекционная игра «Что пропало»	1		21.11		
23	4	Коррекционная игра «Зоопарк»	1		26.11		
24	5	Подвижная игра с бегом «Кот и воробушки»	1		28.11		
25	6	Игра «Горячий камень», «Кегельбан»			03.12		
26	7	Подвижные игры «Шишки, желуди, орехи», «Охотник и утки»	1		05.12		
27	8	Подвижные игры «Светофор», «Гуси – лебеди»	1		10.12		
		Тема № 4 «Велосипедная подготовка»	5				
28	1	Узнавание (различение) составных частей двухколесного велосипеда: руль, колесо, педали, седло, рама, цепь.	1		12.12		
29	2	Узнавание (различение) составных частей двухколесного велосипеда: руль, колесо, педали, седло, рама, цепь.	1		17.12		
30	3	Соблюдение правил дорожного движения во время езды по дороге	1		19.12		
31	4	Соблюдение правил дорожного движения во время езды по дороге	1		24.12		

32	5	Уход за велосипедом (содержание в чистоте, сообщение о неисправности велосипеда, накачивание колеса).	1		26.12		
		3 ЧЕТВЕРТЬ Тема № 5 «Лыжная подготовка»	6				
33	1	Инструктаж по технике безопасности на уроках по лыжной подготовке. Зимние виды спорта.	1		09.01		
34	2	Санитарно-гигиенические требования к занятиям	1		14.01		
35	3	Узнавание (различение) лыжного инвентаря (лыжи, палки, ботинки). Соблюдение последовательности действий при креплении ботинок к лыжам.	1		16.01		
36	4	Выполнение поворотов, стоя на лыжах: вокруг пяток лыж (носков лыж), махом. (теория)	1		21.01		
37	5	Олимпийские зимние виды спорта. Параолимпийские виды спорта	1		23.01		
38	6	Значение скандинавской ходьбы для здоровья и трудовой деятельности человека.	1		28.01		
		Тема № 6 «Туризм»	8				
39	1	Узнавание (различение) предметов туристического инвентаря (рюкзак, спальный мешок, туристический коврик, палатка, котелок, тренога).	1		30.01		
40	2	Соблюдение последовательности действий при раскладывании спального мешка: раскрытие чехла, вынимание мешка из чехла, развязывание тесьмы, раскатывание мешка.	1		04.02		
41	3	Соблюдение последовательности действий при расположении в спальном мешке: расстегивание молнии, посадка в мешок, застегивание молнии до середины спального мешка, расположение в мешке лежа, застегивание молнии до капюшона.	1		06.02		
42	4	Узнавание (различение) составных частей палатки: днище, крыша, стены палатки, растяжки, стойка, колышки. Подготовка места для установки палатки.	1		11.02		

43	5	Раскладывание палатки. Ориентировка в частях палатки. Вставление плоских (круглых) колышков при закреплении палатки на земле.	1		13.02		
44	6	Подготовка кострового места. Складывание костра. Разжигание костра. Поддержание огня в костре. Тушение костра.	1		18.02		
45	7	Соблюдение последовательности действий при разборке установленной палатки	1		20.02		
46	8	Соблюдение правил поведения в походе: нельзя отставать, убегать вперед, нельзя никуда уходить без разрешения учителя, нельзя есть найденные в лесу грибы и ягоды без разрешения учителя, нельзя бросать мусор в лесу, нельзя трогать лесных животных.	1		25.02		
		Тема № 1 пр. «Физическая подготовка»	7				
47	1	Строевые упражнения. Комплекс упражнений для укрепления мышц	1		27.02		
48	2	Упражнения на дыхание	1		04.03		
49	3	Упражнения на укрепление голеностопного сустава ног	1		06.03		
50	4	Разновидности ходьбы. П/игра «Через ручеек»	1		11.03		
51	5	Метание малого мяча на дальность; метание малого мяча правой, левой рукой. П/игра «День и ночь»	1		13.03		
52	6	Эстафета "Полоса препятствий":	1		18.03		
53	7	Упражнения с гимнастическими палками	1		20.03		
		4 ЧЕТВЕРТЬ					
		Тема № 3 «Коррекционные подвижные игры» пр	16				
54	1	Техника безопасности на уроках физкультуры. Упражнения в движении. Соблюдение правил игры «Рыбаки и рыбки».	1		01.04		
55	2	Соблюдение правил игры «Бросай-ка».	1		03.04		
56	3	Баскетбол. Узнавание баскетбольного мяча. Передача баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола).	1		08.04		

57	4	Ловля баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Отбивание баскетбольного мяча от пола одной рукой.	1		10.04		
58	5	Ведение баскетбольного мяча по прямой (с обходом препятствия). Броски мяча в кольцо двумя руками	1		15.04		
59	6	Ведение баскетбольного мяча по прямой (с обходом препятствия). Броски мяча в кольцо двумя руками	1		17.04		
60	7	Броски мяча в кольцо двумя руками.	1		22.04		
61	8	Броски мяча в кольцо двумя руками.	1		24.04		
62	9	Волейбол. Узнавание волейбольного мяча. Подача волейбольного мяча сверху (снизу).	1		29.04		
63	10	Прием волейбольного мяча сверху (снизу). Игра в паре без сетки (через сетку).	1		06.05		
64	11	Футбол. Узнавание футбольного мяча. Выполнение удара в ворота с места (пустые ворота, с вратарем), с 2-х шагов (пустые ворота, с вратарем),	1		08.05		
65	12	Прием мяча, стоя в воротах: ловля мяча руками, отбивание мяча ногой (руками).	1		13.05		
66	13	Ведение мяча. Выполнение передачи мяча партнеру. Остановка катящегося мяча ногой.	1		15.05		
67-68	14-15	Бадминтон. Узнавание (различение) инвентаря для бадминтона. Удар по волану: нижняя (верхняя) подача.	2		20.05 22.05		
		Всего:	68				

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
7-Б КЛАСС

№ Урока п/п	№ темы, Урока по теме	Содержание учебного материала	Кол-во часов		Дата		Примечание
			План	Факт	План	Факт	
		1 ЧЕТВЕРТЬ Тема № 1 «Физическая подготовка»	16				
1	1	Ознакомление с техникой безопасности на уроках физической культуры. Упражнения с предметами.	1		04.09		
2	2	Построения и перестроения. Повороты на месте в разные стороны. Ходьба в колонне по одному, по двое.	1		06.09		
3	3	Ходьба с выполнением движений рук на координацию	1		11.09		
4	4	Ходьба с высоким подниманием колен. Хлопки в ладони под поднятой прямой ногой.	1		13.09		
5	5	Движения стопами: поднимание, опускание, наклоны, круговые движения. Приседание.	1		18.09		
6	6	Переход с ускоренной ходьбы на медленную ходьбу по команде учителя	1		20.09		
7	7	Комплекс ОРУ с предметами. . Прыжки со скакалкой. Дыхательные упражнения. Игра «Быстрые шеренги».	1		25.09		
8	8	Прыжки на двух ногах, на одной ноге, на месте и с продвижением в пред в различном темпе. Игра «Раки».	1		27.09		
9	9	Прыжки на двух ногах, на одной ноге, на месте и с продвижением в пред в различном темпе. Игра «Раки».	1		02.10		
10	10	Прыжки в длину с места, с разбега.	1		04.10		
11	11	Лазание по гимнастической стенке вверх (вниз, в стороны), по наклонной гимнастической скамейке	1		09.10		

		вверх (вниз), через препятствия, по гимнастической сетке вправо (влево)					
12	12	Броски среднего (маленького) мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку). Ловля среднего (маленького) мяча одной (двумя) руками.	1		11.10		
13	13	Метание в цель (на дальность).	1		16.10		
14	14	Бег в умеренном (медленном, быстром) темпе. Дыхательные упражнения.	1		18.10		
15	15	Преодоление препятствий при ходьбе (беге). Бег с высоким подниманием бедра (захлестыванием голени, приставным шагом)	1		23.10		
16	16	Метание малого мяча на дальность правой и левой рукой, стоя на месте в вертикальную цель.	1		25.10		
		2 ЧЕТВЕРТЬ Тема № 2 «Плавание»	3				
17	1	Техника безопасности и правила поведения в бассейне. Правила гигиены в бассейне.	1		06.11		
18	2	ОРУ и специальные упражнения на суше.	1		08.11		
19	3	Имитация подготовительных и дыхательных упражнений на суше.	1		13.11		
		Тема № 3 «Коррекционные подвижные игры»	8				
20	1	Правила поведения учащихся при играх, предупреждение травматизма при игре.	1		15.11		
21	2	Коррекционная игра «Повтори, не ошибись»	1		20.11		
22	3	Коррекционная игра «Что пропало»	1		22.11		
23	4	Коррекционная игра «Зоопарк»			27.11		
24	5	Подвижная игра с бегом «Кот и воробушки»	1		29.11		
25	6	Игра «Горячий камень», «Кегельбан»	1		04.12		
26	7	Подвижные игры «Шишки, желуди, орехи», «Охотник и утки»	1		06.12		
27	8	Подвижные игры «Светофор», «Гуси – лебеди»	1		11.12		

		Тема № 4 «Велосипедная подготовка»	5				
28	1	Узнавание (различение) составных частей двухколесного велосипеда: руль, колесо, педали, седло, рама, цепь.	1		13.12		
29	2	Узнавание (различение) составных частей двухколесного велосипеда: руль, колесо, педали, седло, рама, цепь.	1		18.12		
30	3	Соблюдение правил дорожного движения во время езды по дороге	1		20.12		
31	4	Соблюдение правил дорожного движения во время езды по дороге	1		25.12		
32	5	Уход за велосипедом (содержание в чистоте, сообщение о неисправности велосипеда, накачивание колеса).	1		27.12		
		3 ЧЕТВЕРТЬ					
		Тема № 5 «Лыжная подготовка»	6				
33	1	Инструктаж по технике безопасности на уроках по лыжной подготовке. Зимние виды спорта.	1		08.01		
34	2	Санитарно-гигиенические требования к занятиям	1		10.01		
35	3	Узнавание (различение) лыжного инвентаря (лыжи, палки, ботинки). Соблюдение последовательности действий при креплении ботинок к лыжам.	1		15.01		
36	4	Выполнение поворотов, стоя на лыжах: вокруг пяток лыж (носков лыж), махом. (теория)	1		17.01		
37	5	Олимпийские зимние виды спорта. Параолимпийские виды спорта	1		22.01		
38	6	Значение скандинавской ходьбы для здоровья и трудовой деятельности человека.	1		24.01		
		Тема № 6 «Туризм»	8				
39	1	Узнавание (различение) предметов туристического инвентаря (рюкзак, спальный мешок, туристический коврик, палатка, котелок, тренога).	1		29.01		

40	2	Соблюдение последовательности действий при раскладывании спального мешка: раскрытие чехла, вынимание мешка из чехла, развязывание тесьмы, раскатывание мешка.	1		31.01		
41	3	Соблюдение последовательности действий при расположении в спальном мешке: расстегивание молнии, посадка в мешок, застегивание молнии до середины спального мешка, расположение в мешке лежа, застегивание молнии до капюшона.	1		05.02		
42	4	Узнавание (различение) составных частей палатки: днище, крыша, стены палатки, растяжки, стойка, колышки. Подготовка места для установки палатки.	1		07.02		
43	5	Раскладывание палатки. Ориентировка в частях палатки.	1		12.02		
44	6	Подготовка кострового места. Складывание костра. Разжигание костра. Поддержание огня в костре. Тушение костра.	1		14.02		
45	7	Разжигание костра. Поддержание огня в костре. Тушение костра.	1		19.02		
46	8	Соблюдение правил поведения в походе: нельзя отставать, убежать вперед, нельзя никуда уходить без разрешения учителя, нельзя есть найденные в лесу грибы и ягоды без разрешения учителя, нельзя бросать мусор в лесу, нельзя трогать лесных животных.	1		21.02		
		Тема № 1 «Физическая подготовка» пр	8				
47	1	Прыжки в длину с места с фиксированием результата	1		26.02		
48	2	Комплекс ОРУ с предметами. . Прыжки со скакалкой. Дыхательные упражнения.	1		28.02		
49	3	Преодоление препятствий при ходьбе (беге). Бег с высоким подниманием бедра (захлестыванием голени, приставным шагом)	1		05.03		
50	4	Метание малого мяча на дальность правой и левой рукой, стоя на месте в вертикальную цель.	1		07.03		

51	5	Метание малого мяча на дальность правой и левой рукой, стоя на месте в вертикальную цель.	1		12.03		
52	6	Упражнения для профилактики плоскостопия	1		14.03		
53-54	7-8	Игры на внимание	2		19.03 21.03		
		4 ЧЕТВЕРТЬ					
		Тема № 3 «Коррекционные подвижные игры» пр	15				
55	1	Техника безопасности на уроках физкультуры. Упражнения в движении. Дыхательные упражнения. Соблюдение правил игры "Бросай-ка	1		02.04		
56	2	Баскетбол. Узнавание баскетбольного мяча. Передача баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола).	1		04.04		
57	3	Ловля баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Отбивание баскетбольного мяча от пола одной рукой.	1		09.04		
58	4	Отбивание баскетбольного мяча от пола одной рукой. Ведение баскетбольного мяча по прямой (с обходом препятствия).	1		11.04		
59	5	Броски мяча в кольцо двумя руками.	1		16.04		
60	6	Волейбол. Узнавание волейбольного мяча. Поддача волейбольного мяча сверху (снизу).	1		18.04		
61	7	Прием волейбольного мяча сверху (снизу). Игра в паре без сетки (через сетку).	1		23.04		
62	8	Футбол. Узнавание футбольного мяча. Выполнение удара в ворота с места (пустые ворота, с вратарем), с 2-х шагов (пустые ворота, с вратарем), с разбега (пустые ворота, с вратарем).	1		25.04		
63	9	Прием мяча, стоя в воротах: ловля мяча руками, отбивание мяча ногой (руками).	1		30.04		
64	10	Ведение мяча. Выполнение передачи мяча партнеру. Остановка катящегося мяча ногой.	1		07.05		
65	11	Бадминтон. Узнавание (различение) инвентаря для бадминтона. Удар по волану: нижняя (верхняя) подача.	1		14.05		
66	12	Удар по волану: нижняя (верхняя) подача	1		16.05		

67	13	Отбивание волана снизу (сверху).	1		21.05		
68	14	Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете «Полоса препятствий»: бег по скамейке, прыжки через кирпичики, пролазание по туннелю, бег, передача эстафеты.	1		23.05		
		Всего:	68				

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
8-Б КЛАСС

№ Урока п/п	№ темы, Урока по теме	Содержание учебного материала	Кол-во часов		Дата		Примечание
			План	Факт	План	Факт	
		1 ЧЕТВЕРТЬ Тема №1 «Физическая подготовка»	16				
1	1	Ознакомление с техникой безопасности на уроках физической культуры. Ходьба на скорость	1		04.09		
2	2	Построения и перестроения. Ходьба в колонне по одному, по двое.	1		06.09		
3	3	Ходьба по доске, лежащей на полу. Ходьба по гимнастической скамейке: широкой (узкой) поверхности гимнастической скамейки, ровной (наклонной) поверхности гимнастической скамейки.	1		11.09		
4	4	Различные виды ходьбы. Чередование бега с ходьбой.	1		13.09		
5	5	Повороты направо, налево, кругом с указанием направления педагога	1		18.09		
6	6	Ходьба с изменением темпа, направления движения и скорости. Ходьба с перешагиванием через предмет	1		20.09		
7	7	Прыжки на двух ногах на месте (с поворотами, с движениями рук), с продвижением вперед (назад, вправо, влево).	1		25.09		
8	8	Прыжки в длину с места . Проект «Я умею.»	1		27.09		
9	9	Передача предметов в шеренге (по кругу, в колонне).	1		02.10		
10	10	Прыжки со скакалкой на месте и с передвижением в максимальном темпе	1		04.10		
11	11	Лазание по гимнастической стенке вверх (вниз, в стороны), по наклонной гимнастической скамейке вверх (вниз), через препятствия, по гимнастической сетке вправо (влево)	1		09.10		

12	12	Наклоны вперёд из положения сидя, сгибание и разгибание туловища из положения лёжа	1		11.10		
13	13	Переход из положения «лежа» в положение «сидя»	1		16.10		
14	14	Метание малого мяча на дальность правой и левой рукой, стоя на месте в вертикальную цель.	1		18.10		
15	15	Приседания в течении 30 секунд с фиксированием результата.	1		23.10		
16	16	Броски среднего (маленького) мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку). Ловля среднего (маленького) мяча одной (двумя) руками.	1		25.10		
		2 ЧЕТВЕРТЬ Тема № 2 «Плавание»	3				
17	1	Техника безопасности и правила поведения в бассейне. Правила гигиены в бассейне.	1		06.11		
18	2	ОРУ и специальные упражнения на суши	1		08.11		
19	3	Имитация подготовительных и дыхательных упражнений на суше.	1		13.11		
		Тема № 3 «Лыжная подготовка»	8				
20	1	Правила поведения на уроках по лыжной подготовке. Узнавание (различение) лыжного инвентаря (лыжи, палки, ботинки).	1		15.11		
21	2	Зимние виды спорта.	1		20.11		
22	3	Зимние виды спорта.	1		22.11		
23	4	Влияние на физическое развитие зимних видов спорта.	1		27.11		
24	5	Занятия ходьбой, как средство закаливания организма, санитарно-гигиенические требования к занятиям	1		29.11		
25	6	Олимпийские и параолимпийские виды спорта. Конькобежный вид спорта	1		04.12		
26	7	Влияние зимних видов спорта на здоровье человека	1		06.12		
27	8	Координация рук и ног при ходьбе со скандинавскими палками.	1		11.12		

		Тема № 4 «Велосипедная подготовка»	5				
28	1	Узнавание (различение) составных частей трехколесного велосипеда: руль, колесо, педали, седло, рама, цепь.	1		13.12		
29	2	Узнавание (различение) составных частей трехколесного велосипеда: руль, колесо, педали, седло, рама, цепь.	1		18.12		
30	3	Соблюдение правил дорожного движения во время езды по дороге:	1		20.12		
31	4	Соблюдение правил дорожного движения во время езды по дороге: начало движения по сигналу учителя	1		25.12		
32	5	Уход за велосипедом (содержание в чистоте, сообщение о неисправности велосипеда, накачивание колеса	1		27.12		
		3 ЧЕТВЕРТЬ Тема № 5 «Туризм»	6				
33	1	Узнавание (различение) предметов туристического инвентаря (рюкзак, спальный мешок, туристический коврик, палатка, котелок, тренога)	1		08.01		
34	2	Соблюдение последовательности действий при раскладывании спального мешка: раскрытие чехла, вынимание мешка из чехла, развязывание тесьмы, раскатывание мешка.	1		10.01		
35	3	Соблюдение последовательности действий при складывании спального мешка: совмещение углов верхней части мешка, скручивание мешка, завязывание тесьмы, вставление мешка в чехол, затягивание чехла.	1		15.01		
36	4	Подготовка кострового места. Складывание костра.	1		17.01		
37	5	Разжигание костра. Поддержание огня в костре. Тушение костра.	1		22.01		
38	6	Соблюдение правил поведения в походе: нельзя отставать, убегать вперед, нельзя никуда уходить без разрешения учителя, нельзя есть найденные в лесу	1		24.01		

		грибы и ягоды без разрешения учителя, нельзя бросать мусор в лесу, нельзя трогать лесных животных.					
		Тема № 6 «Коррекционные подвижные игры»	16				
39	1	Баскетбол. Узнавание баскетбольного мяча.	1		29.01		
40	2	Передача баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола).	1		31.01		
41	3	Передача баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола).	1		05.02		
42	4	Ловля баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Отбивание баскетбольного мяча от пола одной рукой.	1		07.02		
43	5	Ловля баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Отбивание баскетбольного мяча от пола одной рукой.	1		12.02		
44	6	Ведение баскетбольного мяча по прямой (с обходом препятствия).	1		14.02		
45	7	Броски мяча в кольцо двумя руками.	1		19.02		
46	8	Броски мяча в кольцо двумя руками.	1		21.02		
47	9	Волейбол. Узнавание волейбольного мяча.	1		26.02		
48	10	Передача, переброска мяча в паре.	1		28.02		
49	11	Передача, переброска мяча в паре.	1		05.03		
50	12	Футбол. Узнавание футбольного мяча. Выполнение удара в ворота с места (пустые ворота, с вратарем).	1		07.03		
51	13	Прием мяча, стоя в воротах: ловля мяча руками, отбивание мяча ногой (руками).	1		12.03		
52	14	Ведение мяча. Выполнение передачи мяча партнеру. Остановка катящегося мяча ногой.	1		14.03		
53-54	15-16	Ведение мяча. Выполнение передачи мяча партнеру. Остановка катящегося мяча ногой.	2		19.03 21.03		
		4 ЧЕТВЕРТЬ Тема № 6 «Коррекционные подвижные игры»	14				

55	1	Техника безопасности на уроках физкультуры. Упражнения в движении. Дыхательные упражнения. Подвижная игра «Через ручеек»	1		02.04		
56	2	Бадминтон. Узнавание (различение) инвентаря для бадминтона. Удар по волану	1		04.04		
57	3	Отбивание волана снизу (сверху).	1		09.04		
58	4	Игра в паре	1		11.04		
59	5	Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете «Полоса препятствий»: бег по скамейке, прыжки через кирпичики, пролезание по туннелю, бег, передача эстафеты	1		16.04		
60	6	Игры: «Пустое место», «Белые медведи»	1		18.04		
61	7	Подвижная игра с бегом «Кот и воробушки»	1		23.04		
62	8	Подвижные игры «Шишки, желуди, орехи», «Охотник и утки»	1		25.04		
63	9	Подвижные игры «Светофор», «Гуси – лебеди»	1		30.04		
		Повторение					
64	10	Прыжки через препятствия. Прыжки на скакалке	1		07.05		
65	11	Метание малого мяча в цель.	1		14.05		
66	12	Упражнения накрепления голеностопного сустава. Игры на внимание	1		16.05		
67	13	Упражнения для профилактики плоскостопия. Игры с прыжками. Дыхательные упражнения.	1		21.05		
68	14	Подвижные игры по интересам детей	1		23.05		
		Всего:	68				

**КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
9-Б КЛАСС**

№ Урока п/п	№ темы, Урока по теме	Содержание учебного материала	Кол-во часов		Дата		Примечание
			План	Факт	План	Факт	
		1 ЧЕТВЕРТЬ Тема №1 «Физическая подготовка»	16				
1	1	Ознакомление с техникой безопасности на уроках физической культуры. Ходьба на скорость	1		03.09		
2	2	Построения и перестроения. Ходьба в колонне по одному, по двое.	1		06.09		
3	3	Ходьба по доске, лежащей на полу. Ходьба по гимнастической скамейке: широкой (узкой) поверхности гимнастической скамейки, ровной (наклонной) поверхности гимнастической скамейки.	1		10.09		
4	4	Различные виды ходьбы. Чередование бега с ходьбой.	1		13.09		
5	5	Повороты направо, налево, кругом с указанием направления педагога	1		17.09		
6	6	Ходьба с изменением темпа, направления движения и скорости. Ходьба с перешагиванием через предмет	1		20.09		
7	7	Прыжки на двух ногах на месте (с поворотами, с движениями рук), с продвижением вперед (назад, вправо, влево).	1		24.09		
8	8	Прыжки в длину с места . Проект «Я умею.»	1		27.09		
9	9	Передача предметов в шеренге (по кругу, в колонне).	1		01.10		
10	10	Прыжки со скакалкой на месте и с передвижением в максимальном темпе	1		04.10		
11	11	Лазание по гимнастической стенке вверх (вниз, в стороны), по наклонной гимнастической скамейке вверх (вниз), через препятствия, по гимнастической сетке вправо (влево)	1		08.10		

12	12	Наклоны вперёд из положения сидя, сгибание и разгибание туловища из положения лёжа	1		11.10		
13	13	Переход из положения «лежа» в положение «сидя»	1		15.10		
14	14	Метание малого мяча на дальность правой и левой рукой, стоя на месте в вертикальную цель.	1		18.10		
15	15	Приседания в течении 30 секунд с фиксированием результата.	1		22.10		
16	16	Броски среднего (маленького) мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку). Ловля среднего (маленького) мяча одной (двумя) руками.	1		25.10		
		2 ЧЕТВЕРТЬ Тема № 2 «Плавание»	3				
17	1	Техника безопасности и правила поведения в бассейне. Правила гигиены в бассейне.	1		05.11		
18	2	ОРУ и специальные упражнения на суши	1		08.11		
19	3	Имитация подготовительных и дыхательных упражнений на суше.	1		12.11		
		Тема № 3 «Лыжная подготовка»	8				
20	1	Правила поведения на уроках по лыжной подготовке. Узнавание (различение) лыжного инвентаря (лыжи, палки, ботинки).	1		15.11		
21	2	Зимние виды спорта.	1		19.11		
22	3	Зимние виды спорта.	1		22.11		
23	4	Влияние на физическое развитие зимних видов спорта.	1		26.11		
24	5	Занятия ходьбой, как средство закаливания организма, санитарно-гигиенические требования к занятиям	1		29.11		
25	6	Олимпийские и параолимпийские виды спорта. Конькобежный вид спорта	1		03.12		
26	7	Влияние зимних видов спорта на здоровье человека	1		06.12		
27	8	Координация рук и ног при ходьбе со скандинавскими палками.	1		10.12		

		Тема № 4 «Велосипедная подготовка»	5				
28	1	Узнавание (различение) составных частей трехколесного велосипеда: руль, колесо, педали, седло, рама, цепь.	1		13.12		
29	2	Узнавание (различение) составных частей трехколесного велосипеда: руль, колесо, педали, седло, рама, цепь.	1		17.12		
30	3	Соблюдение правил дорожного движения во время езды по дороге:	1		20.12		
31	4	Соблюдение правил дорожного движения во время езды по дороге: начало движения по сигналу учителя	1		24.12		
32	5	Уход за велосипедом (содержание в чистоте, сообщение о неисправности велосипеда, накачивание колеса	1		27.12		
3 ЧЕТВЕРТЬ							
Тема № 5 «Туризм»			6				
33	1	Узнавание (различение) предметов туристического инвентаря (рюкзак, спальный мешок, туристический коврик, палатка, котелок, тренога)	1		10.01		
34	2	Соблюдение последовательности действий при раскладывании спального мешка: раскрытие чехла, вынимание мешка из чехла, развязывание тесьмы, раскатывание мешка.	1		14.01		
35	3	Соблюдение последовательности действий при складывании спального мешка: совмещение углов верхней части мешка, скручивание мешка, завязывание тесьмы, вставление мешка в чехол, затягивание чехла.	1		17.01		
36	4	Подготовка кострового места. Складывание костра.	1		21.01		
37	5	Разжигание костра. Поддержание огня в костре. Тушение костра.	1		24.01		
38	6	Соблюдение правил поведения в походе: нельзя отставать, убежать вперед, нельзя никуда уходить без разрешения учителя, нельзя есть найденные в лесу грибы и ягоды без разрешения учителя, нельзя бросать мусор в лесу, нельзя трогать лесных животных.	1		28.01		

		Тема № 6 «Коррекционные подвижные игры»	14				
39	1	Баскетбол. Узнавание баскетбольного мяча.	1		31.01		
40	2	Передача баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола).	1		04.02		
41	3	Передача баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола).	1		07.02		
42	4	Ловля баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Отбивание баскетбольного мяча от пола одной рукой.	1		11.02		
43	5	Ловля баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Отбивание баскетбольного мяча от пола одной рукой.	1		14.02		
44	6	Ведение баскетбольного мяча по прямой (с обходом препятствия).	1		18.02		
45	7	Броски мяча в кольцо двумя руками.	1		21.02		
46	8	Броски мяча в кольцо двумя руками.	1		25.02		
47	9	Волейбол. Узнавание волейбольного мяча.	1		28.02		
48	10	Передача, переброска мяча в паре.	1		04.03		
49	11	Передача, переброска мяча в паре.	1		07.03		
50	12	Футбол. Узнавание футбольного мяча. Выполнение удара в ворота с места (пустые ворота, с вратарем).	1		11.03		
51	13	Прием мяча, стоя в воротах: ловля мяча руками, отбивание мяча ногой (руками).	1		14.03		
52	14	Ведение мяча. Выполнение передачи мяча партнеру. Остановка катящегося мяча ногой.	1		18.03		
53	15	Ведение мяча. Выполнение передачи мяча партнеру. Остановка катящегося мяча ногой.	1		21.03		
		4 ЧЕТВЕРТЬ					
		Тема № 6 «Коррекционные подвижные игры»	9				
54	1	Техника безопасности на уроках физкультуры. Упражнения в движении. Дыхательные упражнения. Подвижная игра «Через ручеек»	1		01.04		

55	2	Бадминтон. Узнавание (различение) инвентаря для бадминтона. Удар по волану	1		04.04		
56	3	Отбивание волана снизу (сверху).	1		08.04		
57	4	Игра в паре	1		11.04		
58	5	Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете «Полоса препятствий»: бег по скамейке, прыжки через кирпичики, пролезание по туннелю, бег, передача эстафеты	1		15.04		
59	6	Игры: «Пустое место», «Белые медведи»	1		18.04		
60	7	Подвижная игра с бегом «Кот и воробушки»	1		22.04		
61	8	Подвижные игры «Шишки, желуди, орехи», «Охотник и утки»	1		25.04		
62	9	Подвижные игры «Светофор», «Гуси – лебеди»	1		29.04		
		Повторение	6				
63	1	Прыжки через препятствия. Прыжки на скакалке	1		06.05		
64	2	Метание малого мяча в цель.	1		13.05		
65	3	Общеразвивающие и корректирующие упражнения.	1		16.05		
66	4	Разновидности ходьбы.	1		20.05		
67-68	5-6	Упражнения для профилактики плоскостопия. Игры на внимание.	2		23.05		
		Всего:	68				

Рекомендации по учебно-методическому и материально-техническому обеспечению образовательной деятельности по предмету

Материально-технические условия реализации программы обеспечивают соблюдение:

- санитарно-гигиенических норм образовательного процесса с учетом потребностей обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (требования к освещению, к воздушно-тепловому режиму; к режиму деятельности детей;
- санитарно-бытовых условий с учетом конкретных потребностей обучающихся с ограниченными возможностями здоровья: наличие рабочего места в соответствии с ростовозрастными и медицинским показаниями;
- условий пожарной и электробезопасности.
- возможность к беспрепятственному доступу к объектам инфраструктуры образовательного учреждения.

Технические средства обеспечения образовательного процесса

Гимнастический инвентарь

Скамьи гимнастические

Стенка гимнастическая

Скакалки

Палки гимнастические

Мячи большого тенниса

Маты гимнастические

Коврики гимнастические

Легкоатлетический инвентарь

Флажки судейские

Секундомер

Рулетка металлическая

Эстафетные палки

Мяч малый для метания

Инвентарь для спортивных сооружений

Мячи баскетбольные

Мячи волейбольные

Баскетбольные щиты

Набивные мячи

Антенны с карманом для сетки

Мячи футбольные

Сетка волейбольная
Насосы для надувания мячей
Свисток судейский
Скамьи гимнастические
Шахматы, шашки
Стол для настольного тенниса
Ракетки для настольного тенниса
Мячи для настольного тенниса
Ракетки для бадминтона
Воланы для бадминтона
Конуса
Аптечка

Набор для подвижных игр

Бильярд (малый)
Кегли
Мишень «дартс» детская
Методическое пособие с описанием игр.

Литература

1. Рабочая программа специальных коррекционных образовательных учреждений VIII вида 5-9 кл. Москва издательский центр «Владос» - 2011 год. Под редакцией В.В. Воронковой
2. Методическое пособие. Под ред. Л. В. Шапковой. Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями в развитии М.: Советский спорт, 2010г.
3. Болоннов Г. П. Методическое пособие Физическое воспитание в системе коррекционно-развивающего обучения М. ТЦ Сфера, 2009г.
4. Дмитриев А.А. Коррекционно-педагогическая работа по развитию двигательной сферы обучающихся с нарушением интеллектуального развития: Учебное пособие. - второй изд. - М.: НПО «МОДЭК», 2004. - 224 с.
Евсеев Ю.И. Физическая культура: учебное пособие. – Рн/Д: Феникс, 2012. – 444 с.
5. Дмитриев А.А. Физическая культура в специальном образовании: Учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. –176с.

Электронные ресурсы

Учительский портал <http://www.uchportal.ru/>

Федеральный портал "Российское образование" <http://www.edu.ru/>