

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**«Средняя школа № 2»**

Приложение  
адаптированной образовательной программы  
начального общего образования

**АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА (АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА)»**  
для 1 доп. класса  
РАС вариант 8.3

Составитель: учитель начальных классов

Безрукова Ю.О.

2025-2026 учебный год

## **Оглавление**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....	3
ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА (АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА)» .....	4
ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА (АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА)» .....	9
СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА (АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА) .....	12
ПЕРВЫЙ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ КЛАСС (99 часов).....	14
ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ .....	16
ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА (АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА).....	18

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Пояснительная записка отражает общие цели и задачи изучения предмета, характеристику психолого-педагогических и физических предпосылок к изучению обучающимися с РАС с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), отражает место предмета в структуре учебного плана, определяет подходы к отбору содержания и определения планируемых результатов и структуре тематического планирования.

Содержание обучения «Физическая культура» раскрывает содержательные линии, которые реализуются в каждом классе, в рамках реализации дифференцированного подхода на минимальном и достаточном уровнях.

Планируемые результаты включают личностные результаты за весь период обучения на уровне начального общего образования, а также предметные достижения обучающегося с расстройствами аутистического спектра с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) за каждый год обучения, также раскрывают ожидаемые предметные результаты на минимальном и достаточном уровне. В тематическом планировании раскрывается программное содержание по всем разделам, выделенным в содержании обучения каждого класса, дается характеристика деятельности обучающихся с учетом минимального и достаточного уровня освоения программы.

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА (АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА)»

Особые образовательные потребности обучающихся с РАС и с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) задаются особенностями социально- коммуникативного развития, недостаточной сформированностью учебного поведения, недостаточной ориентированностью на поведение другого человека в качестве образца, слабостью развития подражания, слабой сформированностью представлений о собственном теле, что приводит к значительным сложностям в освоении двигательных навыков.

Особые образовательные потребности обучающихся с РАС и легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) включают:

- обеспечение особой пространственно-временной организации образовательной среды для повышения качества усвоения двигательных навыков;
- непрерывность коррекционно- развивающего процесса, реализуемого как через содержание учебной деятельности в целом, так и в процессе использования индивидуально- дифференцированного подхода;
- использование специальных методов, приемов и средств обучения, обеспечивающих реализацию «обходных путей» обучения, учет сильных сторон развития в обучении;
- проведение специальной работы по формированию и расширению стереотипов социального поведения, развития ориентированности на другого человека;
- целенаправленное развитие подражания с предметами и без предметов как основа для усвоения и развития двигательных навыков;

- целенаправленное обучение «переносу» сформированных знаний и умений в новые ситуации взаимодействия с действительностью;
- поддержка формирования интереса и учебной мотивации в разных видах практической и творческой деятельности;
- развитие и совершенствование коммуникативных навыков, в том числе с применением средств речевой и неречевой коммуникации, альтернативной и дополнительной коммуникации (АДК);
- развитие понимания речи, расширение и уточнение словарного запаса, развитие умений связной речи (монологической и диалогической);
- психолого- педагогическое сопровождение, в том числе включающее развитие взаимодействие организации и семьи;
- постепенное расширение образовательного пространства, выходящего за пределы организации, использование освоенных умений в досуговой деятельности и в быту.

Особенности обучающихся с РАС создают дополнительные сложности при освоении учебного предмета «Физическая культура» и диктуют ряд особенностей в организации педагогического процесса.

В ходе реализации учебного предмета «Физическая культура» необходимо учитывать наличие целого ряда особенностей развития обучающихся этой категории. У обучающихся с расстройствами аутистического спектра и легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) имеются особенности:

Расстройства аутистического спектра могут иметь разную степень выраженности, сочетаться со значительной вариативностью речевого, коммуникативного и социального развития, различные возможности адаптивного поведения. Нарушения интеллектуального развития также приводят к специфике усвоения учебного материала. Неравномерность (асинхрония) психического

развития при расстройствах аутистического спектра приводит к тому, что в процессе обучения одновременно учитываются сильные стороны и подбираются средства для формирования обходных путей.

Снижение темпа и возможностей познавательного развития при расстройствах аутистического спектра приводят к необходимости многократного повторения действий для формирования навыка и отдельной работы для переноса сформированных навыков в повседневную жизнь. Зрительное восприятие отказывается у обучающихся с РАС и интеллектуальными нарушениями часто оказывается на более высоком уровне, нежели слухоречевое восприятие. Специфика памяти приводит у многих обучающихся к запоминанию целыми блоками, цепочками, что с одной стороны, может обеспечивать более эффективное усвоение последовательности выполнения, с другой - к негибкости, неадаптивности сформированных схем, стойкости совершенных ошибок. У многих обучающихся отмечаются значительные трудности удержания и снижение объема произвольного внимания, трудности выделения и удержания внимания на наиболее значимом стимуле. Снижение ориентированности на другого человека в сочетании со слабыми представлениями о собственном теле приводит к трудностям развития подражания, к значительным трудностям усвоения значимых характеристик в процессе освоения различных движений, обеспечивающих освоение тех или иных двигательных навыков. Поэтому большое внимание в процессе обучения должно уделяться формированию ориентированности на действия учителя и других учеников, развитию навыков сотрудничества, как основы обучения. Обучение двигательным навыкам может реализовываться при помощи нескольких стратегий:

- Разделение формируемого умения на отдельные операции (шаги) и последовательное их усвоение;
- Обучение с опорой на имеющиеся в репертуаре двигательные умения как основа для развития подражания;

- Формирование мотивации к совместной деятельности с опорой на сильные стороны и интересы обучающихся как основа для освоения совместно-разделенной деятельности.

Наличие системного недоразвития речи обучающихся с РАС приводит к снижению понимания речи, трудностям актуализации словарного запаса, нарушениям возможности использовать речь для решения различных коммуникативных задач: попросить, отказаться, уточнить информацию, задать вопрос, ответить на вопрос, прокомментировать событие, выразить к нему отношение. Значительные трудности понимания нечетких формулировок, фразеологизмов, развернутых сложноподчиненных или сложносочинённых предложений, приводят к необходимости упрощения речи учителя, сокращения количества слов в фразе, соблюдения единообразия используемой терминологии для усвоения инструкций. Последовательное расширение активного и пассивного словаря связано с дефицитом представлений, что приводит к необходимости активно использовать графическую наглядность. Трудности имитации, восприятия действий другого человека на основании наблюдения, повторения действия других людей приводит к недостаточности произвольности поведения, сложности сравнения своего поведения с образцом. В сочетании с недостаточностью целенаправленной деятельности, узости репертуара освоенных действий это приводит к недостаточности моторики, в первую очередь тонкой моторики, что оказывает негативное влияние на возможности усвоения практических изобразительных действий.

Особенности сенсорного восприятия, например, высокая чувствительность к восприятию зрительных, тактильных, слуховых, кинестетических стимулов, приводит к трудностям восприятия инструкций фронтальных инструкций, инструкций учителя в помещениях большого размера, таких как спортивный зал, возрастанию импульсивных реакций, застревании на отдельных, наиболее значимых для обучающегося впечатлений в процессе обучения. Высокая

тревожность, высокая сенсорная чувствительность, короткий интервал между дискомфортом и аффектом, трудности обращения к другому человеку за помощью, негативизм к изменениям привычных событий, которые характерны для многих обучающихся с РАС могут приводить как к увеличению аутостимуляций (двигательных, речевых и пр.), так и частому возникновению нежелательных форм поведения. В зависимости от состава класса, выраженности аутистических, социально- коммуникативных, познавательных и поведенческих особенностей, приводит к необходимости активного использования индивидуального подхода и отбору наиболее доступных и эффективных для выполнения работы методов, приемов и средств.

Положительное влияние на ход проведения уроков физической культуры оказывает использование дидактических игр, введение игровых моментов, учет личных интересов обучающихся. Для поддержания интереса обучающихся, ориентировать их на выполнение заданий, использовать визуальные опоры для ориентировки в течение всего урока. Понимая сложности восприятия беглой речи учителя, целесообразно ограничено использовать словесные методы. Возможным средством повышения интереса к урокам физической культуры и может выступать использование фрагментов музыкальных произведений. Для повышения эффективности усвоения учебного материала рекомендуется обеспечивать перенос полученных навыков в повседневную жизнь, использовать сформированные навыки в выполнении общественно-полезной деятельности, участии в досуговой деятельности, использовании освоенных двигательных навыков, игр на детской площадке и др.

## **ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА (АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА)»**

**Основная цель** изучения учебного предмета «Физическая культура» - это всестороннее развитие личности обучающегося с РАС и с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения его к физической культуре как основе для усвоения двигательных навыков и культурно-исторического опыта общества, коррекция нарушений психофизического развития, в том числе для достижения социальной адаптации.

В процессе достижения поставленных целей реализуется система приоритетных **задач**: образовательных, коррекционно- развивающих и воспитательных.

Образовательные задачи:

- Формирование интереса к занятиям физической культурой;
- Развитие двигательных навыков и характеристик движения (выносливость, силу, баланс) и их использование в учебной и досуговой деятельности;
- Формирование основ представлений о здоровом образе жизни, значимости физической нагрузки для жизни человека;
- Формирование и систематизация представлений, обеспечивающих освоение основ физической культуры;
- Освоение приемов и техник, используемых в процессе выполнения заданий и двигательных игр;
- Развитие умений участвовать в общей деятельности с другими обучающимися.

Коррекционно- развивающие задачи:

- Коррекция нарушений развития восприятия, внимания, памяти и мышления в процессе усвоения двигательных умений и представлений о физической культуре;
- Коррекция нарушений речевого развития (обогащение и уточнение словарного запаса, активизация собственной речи, развитие коммуникативных умений, в том числе использование средств речевой и неречевой коммуникации);
- Коррекция нарушений пространственных представлений;
- коррекция нарушений и развитие крупной, мелкой моторики и двуручной деятельности;
- Коррекция нарушений и развитие умений анализа, планирования и осуществления контрольных операций при выполнении индивидуальных и групповых заданий.

Воспитательные задачи:

- Формирование и развитие эстетических чувств, развитие эстетического восприятия;
- Воспитание умения работать в парах, мини-группах и группах, выполняя определенный этап работы для получения результата общей деятельности;
- Воспитание адекватного отношения к результатам собственной деятельности и деятельности других;
- Развитие личностно значимых качеств (аккуратность, целенаправленность, доброжелательность и др.).

**Основные принципы и подходы к реализации учебного предмета «Физической культуры»**

В основу разработки рабочей программы заложены деятельностный и индивидуально- дифференцированный подходы. Деятельностный и индивидуально-дифференцированный подходы определены положениями Федерального государственного стандарта образования для обучающихся с интеллектуальными нарушениями (умственной отсталостью). В основе деятельностного подхода лежит понимание того, что развитие личности обучающегося младшего школьного возраста с РАС и с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) определяется характером организации доступной им деятельности. Именно в процессе деятельности обучающиеся этой категории осваивают практические умения, используют их как в учебном процессе, так и в собственной самостоятельной деятельности.

Индивидуально- дифференцированный подход предполагает учет особых образовательных потребностей обучающихся, которые связаны с неравномерностью развития обучающихся этой категории. Это отражается как в выделении двух уровней усвоения учебного материала (минимальный и достаточный) так и учете индивидуальных особенностей в процессе организации обучения, учете индивидуальных реакций для повышения мотивации, выбора приемов обучения, что в свою очередь служит обеспечению возможности реализовать индивидуальный потенциал развития.

Особое значение играет использование принципов коррекционно-развивающей и коррекционно- воспитывающей, принципа практической направленности в обучении, принцип преемственности в обучении и принцип сотрудничества с семьей. Обучение двигательной активности, организованной деятельности служит преодолению, смягчению нарушений психофизического развития, способствует более эффективному включению в жизнь.

Коррекционно- воспитывающая направленность выражается в том, что в процессе обучения изобразительной деятельности формируется основа для эстетического и нравственного воспитания, формируется основа системы

нравственных ценностей. Сочетание различных форм организации деятельности позволяет усваивать и правильно использовать социально значимые умения.

Принцип практической направленности, предполагает тесную связь между обучением и повседневной жизнью, последовательное использование полученных навыков в самостоятельной деятельности и в быту.

Принцип преемственности, который предполагает взаимосвязь и непрерывность образования обучающихся с РАС и с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) на всех этапах обучения: от младшего до старшего школьного возраста.

Принцип сотрудничества специалистов и семьи, обеспечивающий более эффективную реализацию задач и связи жизни и обучения.

В соответствии с учебным планом рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура» составляет по 3 часа в неделю на протяжении первого и второго дополнительного, 1-4 классов. Возможно изменение количества часов в зависимости от изменения годового календарного учебного графика, сроков каникул, выпадения уроков на праздничные дни, а также от структуры дефекта обучающихся с РАС и с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА (АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА)**

Освоение учебного предмета «Физическая культура» носит выраженную практическую направленность и реализуется в следующих направлениях (модулях):

- ✓ Формирование представлений о физической культуре;
- ✓ Гимнастика;
- ✓ Легкая атлетика;
- ✓ Спортивные игры.

В зависимости от условий образовательного учреждения в учебный план могут включаться другие направления обучения, например, лыжная подготовка или плавание.

Большое значение имеет последовательное освоение умения подражать действиям других людей (учителей, одноклассников), как основа для развития точности, силы, координации движений. Важным представляется обучение умению переключаться с действия на действие, в процессе участия в упражнениях, совместной игре, что обеспечивает основу развития произвольности. Дидактическое значение играет и подготовка к уроку физической культуры: переодевание и переобувание, оценка своего внешнего вида (аккуратно). Так как уроки физической культуры содержат большие возможности для включения разных видов деятельности, это приводит к необходимости использования визуальных опор, в частности:

- ✓ Последовательность действий при подготовке к уроку физической культуры;
- ✓ Расписание - последовательность заданий в уроке;
- ✓ Обозначение количества выполненных и оставшихся упражнений и др.;
- ✓ Усвоение правил поведения на уроке;
- ✓ Социальные игры для усвоения игр по правилам (обучение умению понимать смысл игры, социально принятым способом вести себя при проигрыше и выигрыше, выражение отношения и пр.)

## ПЕРВЫЙ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ КЛАСС (99 часов)

### **Пропедевтический период.**

Оценка возможностей подражания, понимания речи, навыков крупной и мелкой моторики, произвольности поведения (изменения поведения по инструкции и по образцу). Обучение умению переодеваться, используя последовательность действий (поведенческая цепочка). Выполнение физических упражнений на основе показа учителя. Выполнение физических упражнений по подражанию. Выполнение простых инструкций с опоры на жесты учителя. Обучение восприятию индивидуальных и фронтальных инструкций. Обучение умению оставаться вместе с другими детьми (сидя на скамейке, стоя вдоль линии и др.).

### **Легкая атлетика.**

Обучение умению подражать действиям учителя. Ходьба из одной части зала в другую по подражанию и инструкции учителя. Изменение скорости ходьбы (быстро, медленно). Бег от одной линии к другой по подражанию и инструкции учителя. Бег по кругу в ряд. Прыжки на месте на двух ногах.

### **Гимнастика.**

Построение в ряд. Упражнения по подражанию на изменение положения тела в пространстве. Правильный захват спортивных снарядов, предметов разной формы и величины. Выполнение заданий с мячами разной величины (катать, бросать в заданном направлении, ловить брошенный в руки мяч и др.). Катание мяча в заданном направлении (сбивание мягких модулей, кеглей и пр.). Бросание мяча в данном направлении.

### **Спортивные игры.**

Народные игры: «Каравай», «Пошла коза по лесу», «Летели две птички», «Тетера шла» и др. Подвижные игры, например, «Догонялки», «Полоса препятствий», на основании последовательного выполнения доступных для обучающихся действий.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

В процессе обучения происходит усвоения **личностных результатов** к моменту завершения обучения в четвертом классе:

- ✓ Принятие роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- ✓ Формирование интереса к занятиям физической культуры;
- ✓ Формирование способности к осмыслению социального окружения, переноса полученных навыков в новой ситуации, свободной ситуации;
- ✓ Усвоение социально -коммуникативных навыков и навыков сотрудничества как основу для усвоения двигательного и культурного опыта;
- ✓ Перенос освоенных навыков в новую ситуацию, использование в повседневной жизни и в досуге.

**Предметные результаты** определяются применительно к каждому году обучения, делятся в зависимости от дифференциации на минимальном и достаточном:

### **Первый дополнительный класс**

#### Минимальный уровень:

- Выполняет простые инструкции учителя с опорой на жест;
- Подражает некоторым действиям учителя;
- Изменяет положение тела по инструкции, показу учителя;
- При помощи учителя встает в шеренгу, в ряд;
- Ходит вместе с другими учениками;
- Бегает, меняя скорость по подражанию;
- Прыгает на двух ногах на месте;
- Знает названия некоторых спортивных снарядов;
- Бросает мяч другому человеку;
- Ловит мяч;
- Соблюдает некоторые правила поведения на уроке;

- Играет в народные игры при организующей помощи учителя.

Достаточный уровень:

- Выполняет простые инструкции учителя;
- Подражает действиям учителя;
- Изменяет положение тела по инструкции, подражанию, показу учителя, по звуковому сигналу;
- При помощи учителя встает в шеренгу, в ряд;
- Ходит вместе с другими учениками, изменяя скорость и направление ходьбы;
- Бегает вместе с другими детьми вдоль зала;
- Бегает, меняя скорость по подражанию;
- Прыгает на двух ногах на месте;
- Прыгает через нарисованную линию;
- Знает названия некоторых спортивных снарядов;
- Катит мяч в заданном направлении;
- Бросает мяч другому человеку;
- Ловит мяч;
- Выполняет действия с предметами и без предметов по подражанию;
- Соблюдает некоторые правила поведения на уроке;
- Переодевается на урок при опоре на цепочку действий (визуальную опору);
- Играет в народные игры при организующей помощи учителя;
- Знает и использует при помощи учителя 1-2 считалочки.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА  
(АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА)**

**ПЕРВЫЙ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ КЛАСС**

№	Тема предмета	Кол-во часов	Программное содержание	Виды деятельности обучающихся
<b>Пропедевтический период</b>				
1	Изучение психофизического развития обучающихся	8	Оценка возможностей подражания, понимания речи, навыков крупной и мелкой моторики, произвольности поведения (изменения поведения по инструкции и по образцу). Обучение умению переодеваться, используя последовательность действий (поведенческая цепочка). Выполнение физических упражнений на основе показа учителя. Выполнение физических упражнений по подражанию. Выполнение простых инструкций с опоры на жесты учителя. Обучение восприятию индивидуальных и фронтальных инструкций. Обучение умению оставаться	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Узнает предметы одежды и обуви для физической культуры;</li> <li>- Выполняет простые инструкции учителя;</li> <li>- Подражает действиям учителя;</li> <li>- Изменяет положение тела по инструкции;</li> <li>- Изменяет положение тела по показу учителя;</li> <li>- Выполняет простые инструкции с опорой на жест;</li> <li>- Ловит мяч;</li> <li>- Бросает мяч;</li> <li>- Показывает основные части тела по инструкции;</li> <li>- Остается некоторое время в указанном учителем месте (сидя на скамейке, стоя в шеренге).</li> </ul>

			вместе с другими детьми (сидя на скамейке, стоя вдоль линии и др.).	
2	Правила поведения на уроках физической культуры.	7	<p>Выполнение простых инструкций учителя (рядом с учеником, на расстоянии в несколько метров).</p> <p>Знакомство с правилами поведения на физкультуре с опорой на визуальный ряд..</p> <p>Выполнение индивидуальных и общих действий со спортивными предметами (мяч, обруч и др.).</p> <p>Следование плану занятия с опорой на визуальный ряд.</p> <p>Построение по линии, формирование умения ждать в течение некоторого времени сидя на скамейке, стоя вдоль линии.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Переодевается в спортивную одежду перед уроком с организующей помощью учителя;</li> <li>- Слушает, показывает на визуальных опорах последовательность заданий в уроке;</li> <li>- Показывает, называет некоторые спортивные снаряды и инвентарь;</li> <li>- Участвует в выполнении игровых действий с спортивными снарядами;</li> <li>- Участвует в выполнении инструкций с предметами по образцу (возьми, положи, брось и др.);</li> <li>- Выполняет действия по очереди;</li> <li>- Остается некоторое время в указанном учителем месте (сидя на скамейке, стоя в шеренге).</li> </ul>
<b>Легкая атлетика</b>				
3	Легкая атлетика. Ходьба, прыжки	15	<p>Обучение умению переодеваться, используя последовательность действий (поведенческая цепочка).</p> <p>Выполнение простых инструкций учителя.</p> <p>Выполняет правила урока.</p> <p>Следование плану занятия с опорой на визуальный ряд.</p> <p>Обучение умению подражать действиям учителя.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Переодевается в спортивную одежду перед уроком с организующей помощью учителя;</li> <li>- Слушает, показывает на визуальных опорах последовательность заданий в уроке;</li> <li>- Выполняет построение в колонну по указанию учителя;</li> <li>- Передвигается в колонне за учителем;</li> <li>- При помощи учителя встает в шеренгу, в ряд;</li> <li>- Ходит вместе с другими учениками, изменяя скорость и направление ходьбы;</li> </ul>

			<p>Ходьба из одной части зала в другую по подражанию и инструкции учителя.</p> <p>Изменение скорости ходьбы (быстро, медленно).</p> <p>Прыгает на двух ногах. Прыгает через нарисованную черту.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Прыгает на двух ногах на месте;</li> <li>- Прыгает через нарисованную линию.</li> </ul>
4	Легкая атлетика. Бег, прыжки	15	<p>Обучение умению переодеваться, используя последовательность действий (поведенческая цепочка).</p> <p>Выполнение простых инструкций учителя.</p> <p>Выполняет правила урока.</p> <p>Следование плану занятия с опорой на визуальный ряд.</p> <p>Бег от одной линии к другой по подражанию и инструкции учителя. Бег по кругу в ряд.</p> <p>Прыжки на месте на двух ногах. Прыгает через нарисованную линию.</p> <p>Прыгает на двух ногах. Прыгает через нарисованную черту.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Переодевается в спортивную одежду перед уроком с организующей помощью учителя;</li> <li>- Слушает, показывает на визуальных опорах последовательность заданий в уроке;</li> <li>- Показывает, называет некоторые спортивные снаряды и инвентарь;</li> <li>- Участвует в выполнении действий с спортивными снарядами;</li> <li>- Бегае вместе с другими детьми вдоль зала;</li> <li>- Бегае, меняя скорость по подражанию;</li> <li>- Прыгает на двух ногах на месте;</li> <li>- Прыгает через нарисованную линию.</li> </ul>
<b>Гимнастика</b>				
6	Гимнастика. Упражнения со спортивными снарядами	15	<p>Обучение умению переодеваться, используя последовательность действий (поведенческая цепочка).</p> <p>Выполнение простых инструкций учителя.</p> <p>Выполняет правила урока.</p> <p>Следование плану занятия с опорой на визуальный ряд.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Переодевается в спортивную одежду перед уроком с организующей помощью учителя;</li> <li>- Слушает, показывает на визуальных опорах последовательность заданий в уроке;</li> <li>- Показывает, называет некоторые спортивные снаряды и инвентарь;</li> </ul>

			<p>Построение в ряд. Упражнения по подражанию на изменение положения тела в пространстве. Правильный захват спортивных снарядов, предметов разной формы и величины.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Выполняет простые инструкции без предметов;</li> <li>выполняет простые инструкции с предметами;</li> <li>- Участвует в выполнении действий с спортивными снарядами;</li> <li>- Выполняет упражнения на формирование осанки по подражанию.</li> </ul>
	Гимнастика. Упражнения с мячами	15	<p>Обучение умению переодеваться, используя последовательность действий (поведенческая цепочка). Выполнение простых инструкций учителя. Выполняет правила урока. Следование плану занятия с опорой на визуальный ряд. Выполнение заданий с мячами разной величины (катать, бросать в заданном направлении, ловить брошенный в руки мяч и др.). Катание мяча в заданном направлении (сбивание мягких модулей, кеглей и пр.). Бросание мяча в данном направлении</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Переодевается в спортивную одежду перед уроком с организующей помощью учителя;</li> <li>- Слушает, показывает на визуальных опорах последовательность заданий в уроке;</li> <li>- Показывает, называет некоторые спортивные снаряды и инвентарь;</li> <li>- Выполняет простые инструкции без предметов;</li> <li>выполняет простые инструкции с предметами;</li> <li>- Участвует в выполнении действий с спортивными снарядами;</li> <li>- Берет мячи с учетом их величины (одной или двумя руками);</li> <li>- Катит мяч в заданном направлении;</li> <li>- Бросает мяч в заданном направлении;</li> <li>- Сбивает мячом кегли на расстоянии 1-3 м;</li> <li>- Выполняет упражнения на формирование осанки по подражанию.</li> </ul>
<b>Спортивные игры</b>				

	Народные подвижные игры	12	Обучение умению переодеваться, используя последовательность действий (поведенческая цепочка). Выполнение простых инструкций учителя. Выполняет правила урока. Следование плану занятия с опорой на визуальный ряд. Построение. Разминка Народные игры: знакомство, разучивание, игра. Примерные игры: «Каравай», «Пошла коза по лесу», «Летели две птички», «Тетера шла» и др.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Переодевается в спортивную одежду перед уроком с организующей помощью учителя;</li> <li>- Слушает, показывает на визуальных опорах последовательность заданий в уроке;</li> <li>- Показывает, называет некоторые спортивные снаряды и инвентарь;</li> <li>- Выполняет простые инструкции без предметов;</li> <li>выполняет простые инструкции с предметами;</li> <li>- Участвует в выполнении действий с спортивными снарядами</li> <li>- Играет в народные подвижные игры с организующей помощью учителя.</li> </ul>
	Подвижные игры из освоенных двигательных навыков	12	Обучение умению переодеваться, используя последовательность действий (поведенческая цепочка). Выполнение простых инструкций учителя. Выполняет правила урока. Следование плану занятия с опорой на визуальный ряд. Построение. Разминка Подвижные игры по подражанию: «Как у дядюшки Семена», «Делай как я», выполнение действий под мелодии по подражанию Подвижные игры из освоенных умений «Полоса препятствий».	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Переодевается в спортивную одежду перед уроком с организующей помощью учителя;</li> <li>- Слушает, показывает на визуальных опорах последовательность заданий в уроке;</li> <li>- Показывает, называет некоторые спортивные снаряды и инвентарь;</li> <li>- Выполняет простые инструкции без предметов;</li> <li>выполняет простые инструкции с предметами;</li> <li>- Участвует в выполнении действий с спортивными снарядами</li> <li>- Играет в подвижные игры на подражание с организующей помощью учителя.</li> </ul>
	Итого	99		

