

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МКОУ «Специальная
школа № 20 »



Е. А. Курбатова
2021 г.

Программа принята решением
педагогического совета

Протокол № 1
от «30» 08 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности «Тропинки здоровья»

6 год обучения

Вариант 2

Автор - составитель:

Васенина А.А.

учитель физической культуры

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Тропинки здоровья» по спортивно – оздоровительному направлению разработана на основе требований к личностным и предметным возможным результатам освоения АООП МКОУ «Специальная школа №20», программы формирования БУД с учётом программы «Физическое воспитание» В.Н. Белов, В.С. Кувшинов, В.М. Мозговой (сборник программ для специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида. Подготовительный. 1 - 4 классы» под редакцией В. В. Воронковой. М: «Просвещение – 2016; программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида, для учащихся 1-4 классов, под редакцией И.М. Бгажноковой, с учетом учебно-методического пособия «Организация внеурочной деятельности младших школьников в условиях реализации требований федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»: в 3 ч./ авторы-сост.: В.Г. Черемисина, Е.А. Пахомова, О.Б. Лысых и др.; под общей ред. Н.Э. Касаткиной, Е.Л. Рудневой.- Кемерово: Изд-во КРИПКиПРО, 2011.-Часть III.-269 с.

Цели изучения программы:

- формирование установки на здоровый образ жизни, коррекция недостатков развития двигательной сферы обучающихся с глубокими нарушениями интеллекта в процессе игровой деятельности;
- развитие личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в соответствии с требованиями современного общества, обеспечивающими возможность их успешной социализации и социальной адаптации.

Общая характеристика программы внеурочной деятельности

Содержание программы внеурочной деятельности «Тропинки здоровья» предусматривает включение следующих разделов: «Игры с бегом (общеразвивающие игры)», «Игры с мячом», «Игра с прыжками (скакалки)», «Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки)», «Зимние забавы», «Эстафеты», «Народные игры».

6 год обучения.

«Игры с бегом (общеразвивающие игры)» - 3ч.

«Игра с прыжками» - 5ч.

«Игры с мячом» - 5ч.

«Зимние забавы» - 8ч.

«Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки)» - 5ч.

«Эстафеты» - 6ч.

«Народные игры» - 3ч.

Подвижные игры имеют большое значение в коррекции недостатков физического развития и моторики, развития интеллектуальных возможностей умственно отсталых школьников. В играх, встречаются все основные виды движений - ходьба, бег, прыжки, преодоление препятствий, переноска грузов и др. Они способствуют развитию внимания, сообразительности, воспитанию дружбы, товарищества, силы, ловкости, быстроты, выносливости. Большое оздоровительное воздействие оказывают игры, проводимые на воздухе. Они являются прекрасным средством активного отдыха.

Важным условием формирования основных движений ребенка является выбор методов работы на занятиях при подвижных играх, которые являются ведущим методом формирования движений и двигательной активности детей. Подвижную игру можно назвать важнейшим воспитательным институтом, способствующим как развитию физических и умственных способностей, так и освоению нравственных норм, правил поведения, этических ценностей общества.

Производимое в игровой форме занятие имеет высокий воспитательно-образовательный эффект: дети владеют большим объемом умений и навыков, у них больше развиты физические качества, а взаимосвязь физического и психического развития способствует творческой активности детей. Игровая форма создает условия и имеет все возможности для решения педагогических задач, и, конечно же, это важный шаг к повседневному, произвольному росту интереса у детей к высокой культуре физического развития. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций.

В связи с особенностями психического развития детей с нарушением интеллекта практическая направленность реализуется через наглядно-практический характер, т.е. внеурочный курс «Подвижные игры» усваиваются в результате наблюдения за действиями педагога, в процессе собственных практических действий с реальными предметами.

Коррекционная направленность реализуется через максимальное преодоление нарушений в развитии с ориентировкой на положительные возможности ребёнка, обеспечивается введением коррекционных подвижных игр, упражнений.

Программой предусмотрены следующие виды работы:

- беседы о содержании и значении физических упражнений;
- выполнение физических упражнений на основе показа учителя;

- самостоятельное выполнение упражнений.

Важно то, что в играх дети активны, подчиняются правилам игры, взаимодействуют со сверстниками. В играх раскрываются положительные и отрицательные черты характера детей, создаются предпосылки для их изучения.

Подбор игр ориентирован на развитие учащихся, их физическую подготовленность, содержание занятия и раздела программы, условия и возможности проведения игр.

Подвижные игры позволяют корректировать нарушения пространственной ориентировки, координацию, равновесие. Важное значение для развития моторики рук имеют игры с мелкими предметами (малыми мячами, эстафетными палочками), которые содействуют повышению тактильной и мышечно-суставной чувствительности, совершенствуют движения рук и пальцев.

Для развития быстроты проводятся игры с активной двигательной составляющей, с бегом на короткие дистанции, с необходимостью быстрой двигательной реакции на речевые сигналы, хлопки в ладоши.

Перед началом игры учащиеся под руководством учителя подбирают соответствующий инвентарь, размечают площадку и т.д. При обучении игре неоднократно повторяются детям ее правила и показ выполнения.

Описание места учебного курса в учебном плане

В соответствии с учебным планом МКОУ «Специальная школа № 20» курс внеурочных занятий «Тропинки здоровья» является частью учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений.

Общий объем учебного времени в 6 классе составляет 34ч. (1 час в неделю).

Личностные результаты освоения программы внеурочной деятельности

Возможные личностные результаты освоения курса «Тропинки здоровья»:

- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;
- формирование уважительного отношения к окружающим;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в ходе игры, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

Содержание программы внеурочной деятельности

«Игры с бегом (общеразвивающие игры)» - 3ч.

Игра «Догони колокольчик».

Цель: развитие быстроты, ловкости, умения ориентироваться в пространстве.

Количество игроков – 10-12 человек.

Инвентарь: колокольчик.

Инструкция. Площадку для игры следует обозначить осязательными ориентирами. Из числа играющих выбирают две пары водящих. Одному из игроков дают в руки колокольчик. Игрок с колокольчиком убегает от водящих, а те стараются окружить его, сомкнув руки. Это может сделать одна или обе пары водящих.

Игрок с колокольчиком в момент опасности имеет право передать (но не бросить) колокольчик кому-либо из участников игры.

Пойманный игрок и тот, от которого он перед этим принял колокольчик, заменяют одну из пар водящих. Колокольчик вручают наиболее ловкому игроку, и игра продолжается.

Вариант (игра для слабовидящих и зрячих):

Вместо колокольчика используется колпак на голову. Ловить можно только того, у кого колпак на голове. Такая игра будет называться «Берегись, Буратино!».

Методические указания.

Пары следует комплектовать так: незрячий – ребенок с остатком зрения; зрячий – незрячий.

Играющим нельзя выходить за пределы площадки.

Всем играющим на площадке можно надеть озвученные браслеты (с колокольчиками и т.п.).

Если водящие пары разомкнули руки, убегающий игрок считается не пойманным.

Игра «Где стереть?»

Цель: развитие зрительной памяти, тренировка умения ориентироваться на плоскости.

Количество игроков – 4-10 человек.

Инвентарь: бумага, карандаш, стирательные резинки.

Инструкция. На листе бумаги участники игры рисуют по «рожице». Затем, закрыв глаза повязкой, игрок должен стирать в той последовательности и только те фрагменты рисунка, которые назовет ведущий (например: сначала левый глаз, затем правое ухо, подбородок, нос, волосы и т.д.). Выигрывает тот, кто точнее выполнит задание.

«Игра с прыжками» - 5ч.

Игра «Длинные ноги – короткие ноги».

Цель: укрепление мышц брюшного пресса, ног, развитие внимания.

Инвентарь: фитбол.

Инструкция. Сидя на полу, в упоре руками сзади (или на фитболе). По команде педагога «Длинные ноги!» дети выпрямляют ноги и поднимают их вверх. По команде «Короткие ноги!» дети поднимают вверх согнутые в коленях ноги.

Варианты

1. Если ребенок недостаточно устойчиво сидит, можно выполнять задание, лежа на спине на полу.
2. Можно выполнять задание на фитболе.

Методические указания. Ведущий стоит рядом с играющими, страхуя их от падения с фитбола.

Игра «Придумай и покажи».

Игра: Участники встают по кругу. Один выходит со скакалкой на середину и, держа ее в двух руках, показывает один из возможных видов прыжков (например, вращая скакалку назад). Затем игрок встает на свое место, а на середину выходит сосед справа. Он показывает новое движение, не похожее на прежнее (например, прыжок с поворотом или прыжок на одной ноге). После этого свои упражнения демонстрируют по очереди остальные игроки. Когда шестерка закончит показ, игра идет по второму кругу, который, однако, может поредеть, потому что, если упражнение уже было, повторивший его выбывает из игры.

Постепенно число участников соревнования, стоящих в кругу, становится меньше.

Победитель: Игрок, самый сообразительный, хотя, возможно, и не самый лучший прыгун, показавший упражнение, которое не смогли придумать остальные игроки.

Игра «Под скакалкой на месте».

Команды выстраиваются под углом к средней линии, на которой по два участника от каждой команды вращают длинную скакалку в удобном для игроков направлении. По сигналу под скакалку вбегает первый участник, выполняет обусловленное количество прыжков (3—5) и выбегает. То же повторяет второй и т. д.

Победитель: Команда, выполнившая задание первой и с меньшим количеством ошибок.

Вариант: Участники выполняют задание парами. Участники выполняют задание поочередно, но следующий игрок обязан вбежать под скакалку до того, как убежит в сторону предыдущий участник.

Игра «Вперед-назад».

Игра может проводиться одновременно на разных половинах зала, команды могут быть смешанными или отдельными по составу.

Соревнующиеся две команды располагаются справа и слева от проведенной линии. Договариваются, что игроки одной команды будут прыгать (толкаясь двумя ногами с места) вправо от линии, а игроки другой команды — влево. Команды выбирают капитанов, которые посылают по очереди игроков к средней линии. После начального прыжка первого номера по пяткам отмечается линия его приземления. Игрок возвращается в свою команду, а от отмеченной возле пяток линии прыгает в обратную сторону (к средней черте) игрок из другой команды. Также делается отметка его приземления. От этой отметки в другую сторону снова прыгает игрок первой команды и т. д. Контрольной всегда является средняя линия. Если последнему игроку удалось перепрыгнуть через нее — его команда побеждает. Если не удалось, то она проигрывает тот отрезок, который недостает до средней линии.

Правилами не разрешается заступать за черту, с которой прыгаешь. Если после приземления игрок оступился назад (оперся о пол рукой), то отметка соответственно переносится к крайней точке приземления. Каждый имеет право только на один прыжок.

«Игры с мячом» - 5ч.

Игра «Голуби».

Цель: воспитание у детей навыков метания, развитие координации движений крупных и мелких мышечных групп, ловкости, глазомера.

Количество игроков – 2-10 человек.

Инвентарь: для игры изготавливаются бумажные «голуби» (самолетики и т.д.).

Инструкция. Дети соревнуются, у кого голубь полетит дальше.

Вариант: дети соревнуются со взрослыми.

Игра «Сидячий футбол».

Цель: развитие координации движений, укрепление мышц ног и туловища, тренировка меткости, быстроты реакции.

Играют две команды по 4-6 человек в каждой.

Инвентарь: мяч для футбола, кегли.

Инструкция. Дети сидят на полу, ноги согнуты в коленях и прижаты к животу.

Одна шеренга располагается лицом к другой на расстоянии 2,5-3 метров.

Игрок движением ног вперед отбрасывает мяч сидящему напротив ребенку, тот ловит его руками, а затем ногами резко откатывает мяч своему партнеру. За неточный бросок мяча команда получает штрафное очко. Выигрывает команда, получившая меньше штрафных очков.

Варианты

Ловить отбрасываемый мяч ногами.

Прокатывать и ловить мяч только одной ногой.

Сшибать мячом кегли, которые ставят на равном расстоянии между командами; за каждую сбитую кеглю команда получает призовое очко.

Игра «Солнышко и лучики».

Цель: развитие быстроты и точности движений.

Играют не менее 15 человек.

Инвентарь: эстафетные палочки или теннисные мячи.

Инструкция. В центре начерчен круг. Все играющие делятся на пять команд и выстраиваются боком к центру круга. Получается своеобразное солнышко с лучами. Каждый луч – команда. Игроки, первые от центра круга, держат в руках эстафетные палочки. По сигналу они бегут по кругу и передают эстафету игроку, стоящему теперь первым в своей команде. Прибежавший встает в шеренгу на место ближе к центру. Когда начавшая игру окажется с краю и получит эстафетную палочку, он поднимает ее, показывая, что команда закончила игру.

Методические указания.

Во время бега запрещается касаться стоящих игроков, мешать совершающим перебежки. За нарушение правил начисляются штрафные очки.

Игра «Перестрелка».

Задачи: развивать ловкость, внимательность, быстроту реакции.

Описание: проводится игра на волейбольной площадке. Отступив на 1,5 метра от лицевой линии внутрь зала, проводится параллельная ей линия, чтобы образовалось нечто вроде коридора. На другой стороне также проводится дополнительная линия. Участники делятся на две команды, каждая из которых размещается на своей половине площадки от средней линии коридора. В обеих командах необходимо выбрать капитана. Заходить на территорию соперника нельзя. Каждый игрок, у которого оказался мяч, старается попасть им в своего соперника, не заходя при этом за среднюю линию. Засаленный игрок отправляется в плен и находится там до тех пор, пока игроки его команды не перекинут ему в руки мяч. После этого игрок возвращается в команду.

«Зимние забавы» - 8ч.

Игра «Хоккей».

Дети делятся на две команды. На площадке ставят с обоих концов воротца. В них встают по вратарю. Остальные члены команды пытаются загнать мяч в ворота

пластмассовыми клюшками. Выигрывает та команда, которая забросит больше мячей в ворота соперников.

Игра «Не морозь меня».

Для этой игры необходимо выбрать двоих водящих. Их задача будет заключаться в том, чтобы не дать игрокам перебежать с одной стороны площадки на другую, то есть нужно «заморозить» их, «осалив» снежком. По сигналу бег начинают сразу два игрока с разных сторон. В одного будет целиться один водящий, во второго - другой. Тот, в кого попал снежок, замирает на месте, в тот же момент стартует второй с его стороны. Если игрок успел добежать до противоположной стороны, то начинает стартовать тот, кто стоит справа от него. Игра закончится тогда, когда «заморозят» всех, можно начать сначала, выбрав новых водящих.

Простой вариант игры «Не морозь меня» - это игра «Вышибалы», но зимой мяч, естественно, будет заменен на снежок.

Игра «Льдинка».

Чертят две окружности – одна внутри другой – диаметром 5-6 метров большая и 0.5-0.7 метров малая окружность. Вместо маленького круга еще лучше выкопать неглубокую ямку. В эту ямку складывают 10-12 льдинок. Выбирают ведущего. Его место – внутри большой окружности. Выходить за ее пределы он не имеет права. Остальные игроки находятся в начале игры за пределами круга. Задача игроков – выбить льдинку из большого круга. Водящий старается осалить тех детей, которые забегают в круг, чтобы выбить льдинку. Тот, кого осалили, становится новым водящим (при этом игра не прекращается). Играют до тех пор, пока из круга не будет выбита последняя льдинка.

Игра «Зимний тир».

Эта игра будет полезной, так как развивает глазомер и ловкость. На заборе или глухой стене нарисуйте две мишени - круги диаметром около полуметра. Запаситесь снежками и начинайте кидать их в свою мишень с условленного расстояния, которое будет обговорено заранее. Чья команда сплошь залепит свой снеговой круг, та и выиграла.

Игра «Кто больше?»

Играют по две команды. Детям нужно лепить снежки и по очереди добежать до корзины и положить в нее снежки. Выигрывает та команда, которая наберет большее количество снежков.

Игра «Наряжаем елку».

Дети образуют 2 команды. Около каждой команды ведущий располагает коробку с игрушками. На расстоянии от команд стоит по небольшой елке слепленной из снега. Первые игроки берут из коробки одну игрушку, бегут к ёлочке своей команды, «вешают» игрушку и возвращаются обратно — и так до последнего игрока. Выигрывает команда, первая нарядившая ёлочку.

«Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки)» - 4ч.

Игра «Зоопарк».

Цель: развитие воображения, раскованности в движениях.

Количество игроков – 4-20 человек.

Инструкция. Все участники по очереди показывают движения, характерные для задуманного ими по условиям игры животного. Остальные пытаются отгадать. Затем участники объединяются в подгруппы по 2-3 человека. Ведущий, указывая на любую подгруппу, дает название животного. Участники, не сговариваясь, вместе изображают

одно названное животное. Далее подгруппа также может изобразить какое-либо животное, а другие участники отгадывают – какое.

Методические указания. Игру можно повторять несколько раз.

Игра «Попробуй повторить».

Цель: развитие слуховой памяти, четкости речи.

Количество игроков может быть любым.

Инструкция. Ведущий предлагает повторить за ним скороговорки, количество слов в которых постепенно увеличивается:

- Дарья дарит Дине дыню.
- Чащи чаще в нашей пуще, в нашей пуще чащи гуще.
- В ночи не кирпичи лопочут на печи. Лопочут на печи в опаре калачи.
- Кукушка кукушонку купила капюшон, кукушонок в капюшоне был очень смешон.
- Шел Саша по шоссе, нес сушки в мешке. Сушку – Грише, сушку – Мише. Есть сушки – Проше, Васюше и Антоше. Есть две сушки – Нюше и Петруше.

Игра «Узнай друга».

Цель: развитие тактильных ощущений, слухового внимания, памяти, умения ориентироваться в пространстве.

Количество игроков – 8-12 человек.

Инвентарь. Повязки на глаза.

Инструкция. Одной половине детей завязывают глаза и дают им возможность походить по игровой площадке. Далее им предлагается, не снимая повязки, найти и узнать друг друга. Узнавать можно с помощью рук – ощупывая волосы, одежду. Затем, когда друг узнан, игроки меняются ролями.

Вариант: если игрок не может узнать другого ребенка при помощи ощупывания, можно предложить попытаться узнать его по голосу.

Методические указания. Следует позаботиться о том, чтобы игровая площадка была абсолютно ровной, иначе дети с завязанными глазами будут чувствовать себя неуверенно.

«Эстафеты» - 6ч.

Эстафета «Сбей кеглю»

Цель: обучение дифференцировке усилий, развитие глазомера, точности движений.

Количество игроков может быть любым.

Инвентарь: кегли, кубики, игрушки.

Инструкция. Перед каждым участником на расстоянии 2-3 метров стоят предметы: кегли, кубики, игрушки. Необходимо сбить предмет, прокатив мяч по полу. Выигрывает тот, кто сбил предметы большее число раз.

Методические указания. Игра малой интенсивности, может повторяться неоднократно.

Эстафета с фитболом.

Цель: развитие быстроты реакции, быстроты передвижения, внимания, координации движений, дифференцировки усилий.

Инвентарь: фитболы, стойка.

Инструкция. Игра проводится в виде эстафеты. У стартовой линии все играющие строятся в две колонны. По команде первые начинают передвигаться вперед, отбивая от пола фит-бол. Добегают до стены (стойки), ловят мяч, возвращаются назад, передают его следующему в команде. Выигрывает команда, финишировавшая первой.

Варианты

1. Ведение футбола осуществляется правой рукой, на обратном пути — левой.
2. В каждой команде стартуют по два человека и во время передвижения передают фитбол (мяч) друг другу.
3. Передвижение осуществляется в одну сторону лицом вперед, обратно — спиной вперед.

Методические указания. При передвижении спиной вперед осуществлять страховку.

Эстафета «Разминка».

Команды построены в колонну по одному на линии старта. Первые участники держат в руках резиновые кольца. Перед каждой командой на расстоянии 15 метров ставится повторная стойка. По сигналу направляющие выбегают из-за стартовой линии, оббегают поворотную стойку и возвращаясь забирают с собой вторых участников, которые захватывают рукой кольца первых игроков. Затем они вместе таким же образом преодолевают препятствия и прицепляют третьего участника. Эстафета длится до тех пор, пока «паровозик» не соберет всех игроков. Главное правило - нельзя расцеплять руки. Побеждает команда, которая раньше закончит эстафету.

Эстафета «Игольное ушко».

Вдоль линии эстафеты на земле лежат 2 обруча. Стартуя, первый должен добежать до первого обруча, поднять его и продеть через себя. Затем со следующим обручем также. И так на обратном пути.

Эстафета «Шапка-невидимка».

Участники в шапке- закрывающем глаза, проходят по узкой тропе приставными шагами туда и обратно.

Повеселились мы от души. А теперь настал и мой черед для моей эстафеты, и подвести итоги. Итак, как известно я путешествую в ступе, помогая движению помелом. Ступой у нас будет ведро, помелом – метла. Одну ногу нужно сунуть в ведро, а в другой держать метлу и так передвигаться, помогая себе метлой. Пройти дистанцию в таком положении и предать реквизиты следующему участнику.

«Народные игры» - 3ч.

Игра «Репа».

Игра, для которой необходимо иметь крепко установленный столб или дерево. Одному из играющих предлагается быть «репой», то есть взяться за столб (дерево) и крепко держаться за него руками. Остальные участники игры становятся у него за спиной в цепочку, берутся за Пояс друг друга и изо всех сил стараются оторвать «репу» от столба (дерева). Сделать это весьма непросто, и часто «Репа» остается победителем. Игра «Репа» создана по мотивам древнерусского народного сказания «Репка». Все действия в игре напоминают эту любимую детскую сказку: сначала за репу берется самый сильный и опытный человек- «Дедка», а потом в дело вступают и все остальные, из расчета по убыванию роста, возраста и силы. Последним участником, как водится, оказывается «Мышка».

Игра «Удар по веревке».

Для игры необходима замкнутая в круг веревочка. Игроки берутся обеими руками за веревочку с внешней стороны. Выбирается один водящий, который должен находиться в центре круга, образованного веревочкой.

Цель водящего – посалить, т.е. ударить по руке одного из играющих находящихся с внешней стороны круга. Те, кто находятся с внешней стороны круга, во время атаки водящего могут отпустить от веревочки только одну руку. Если играющий отпускает от веревочки две руки или по одной из них попадает водящий, то уже именно он становится в круг и игра продолжается дальше.

Тематическое планирование

№ п/п	Название раздела, темы	Кол-во часов	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся
	6 год обучения		
1	Игры с бегом (общеразвивающие игры)	3	Соблюдают правила здорового образа жизни. Соблюдают технику безопасности на занятиях при подвижных играх. Разучивают рифмы для проведение игр. Выполняют комплекс ОРУ на месте. Выполняют упражнения для правильной осанки. Разучивают и играют в игры с бегом (общеразвивающие игры).
2	Игра с прыжками	5	Соблюдают технику безопасности при играх с прыжками. Выполняют комплексы ОРУ: с рифмованными строчками; в движении с предметом; в движении; с предметами; с гимнастическими палками. Разучивают и играют в игры с прыжками.
3	Игры с мячом	5	Соблюдают технику безопасности при подвижных играх с бросанием, ловлей и метанием. Выполняют комплекс ОРУ: с обручами; с мячами; с набивными мячами. Совершенствуют координацию движений. Развивают глазомер и чувства расстояния. Выполняют упражнения для профилактики плоскостопия. Разучивают и играют в игры с бросанием, ловлей и метанием.
4	Зимние забавы	8	Соблюдают технику безопасности при играх на улице. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений с рифмованными строчками, на месте, в движении. Выполняют упражнения для укрепления мышц спины. Разучивают и играют в игры зимой на улице. Развивают чувство взаимоуважения, взаимопомощи. Соблюдают правила здорового образа жизни.
5	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки)	4	Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками; с рифмованными строчками. Выполняют упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета. Разучивают и играют в игры малой подвижности. Уважительно относятся к сверстникам, учителю.
6	Эстафеты	6	Двигаются между предметами, собирают их. Выполняют упражнения с мячами, скакалками, кеглями и обручами. Разучивают и играют в игры с элементами соревнований. Сотрудничают друг с другом. Развивают чувство взаимоуважения, взаимопомощи.

7	Народные игры	3	Понимают значение «Народная игра». Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений с предметами; с мячами. Разучивают и играют в народные игры. Решают конфликтные ситуации.
	ВСЕГО	34	

Материально-технического обеспечения образовательной деятельности

Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Примечания
Программы	
1. Программа «Физическое воспитание» В.Н. Белов, В.С. Кувшинов, В.М.Мозговой (сборник программ для специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида. Подготовительный. 1 - 4 классы под ред. В. В. Воронковой. М.: Просвещение, 2016.-132с.	
Методические пособия для учителя	
1. Болонов Г.П., Физическое воспитание в системе коррекционно-развивающего обучения. М.: ТЦ Сфера, 2003.-116с. 2. Видякин М.В. «Внеклассные мероприятия По физкультуре в средней школе» Волгоград. Учитель, 2004 г 3. А.А. Дмитриев, Физическая культура в специальном образовании.- М.: Издательский центр «Академия», 2002.-174с. 4. Дмитриев В.Н. «Игры на открытом воздухе» М.: Изд. Дом МСП, 1998г. 5. А.А. Дмитриев, Коррекционная – педагогическая работа по развитию двигательной сферы учащихся с нарушениями интеллектуального развития Издательство НПО «МОДЕК», 2004.-78с. 6. Кереман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» М.: Просвещение, 1989г. 7. Черник С.В., Физическая культура во вспомогательной школе: Учебное пособие. – М.: Учебная литература,1997.-163с. 8. «Организация внеурочной деятельности младших школьников в условиях реализации требований федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»: в 3 ч./ авторы-сост.: В.Г. Черемисина, Е.А. Пахомова, О.Б. Лысых и др.; под общей ред. Н.Э. Касаткиной, Е.Л. Рудневой.- Кемерово: Изд-во КРИПКиПРО, 2011.-Часть III.- 269 с	
Спортивный инвентарь	
Мячи, скакалки, обручи, гимнастические палки, кегли, ракетки, теннисные шарик, канат, гимнастические скамейки, стенки, маты.	
Технические средства	
Магнитофон, компьютер	