

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и молодежной политики Свердловской области
Управление образования Ирбитского муниципального образования
МОУ "Зайковская СОШ №1"

УТВЕРЖДЕНО
Директор

Р.С. Халикова
Приказ №92 от «31» 08 23 г.

Приложение к АООП образования обучающихся с умеренной,
тяжёлой и глубокой умственной отсталостью(интеллектуальными
нарушениями), тяжёлыми и множественными нарушениями
развития
(Вариант 2)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«ДВИГАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ»

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Двигательное развитие» (спортивно – оздоровительное направление) направлена на создание воспитывающей среды, обеспечивающей развитие социальных, интеллектуальных интересов обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2).

Нормативно-правовую базу разработки рабочей программы «Двигательное развитие» (АООП образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) 2 вариант составляют:

–Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;

–Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом МО РФ от 19.12.2014 г. №1599);

–Приказ Министерства просвещения Российской Федерации «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» от 24 ноября 2022 г. №1026;

–Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

–Приказ Министерства просвещения Российской Федерации «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» от 22.03.2021 № 115;

–Приказ Министерства просвещения Российской Федерации «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 г. № 115» от 11.02.2022 № 69;

–Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Устав МОУ «Зайковская СОШ № 1»;

–Календарный учебный график МОУ «Зайковская СОШ № 1» и др.

Внеурочная деятельность рассматривается как неотъемлемая часть образовательного процесса и характеризуется как образовательная деятельность, осуществляемая в формах, отличных от классно-урочной системы, и направленная на достижение планируемых результатов освоения адаптированной основной общеобразовательной программы образования.

Программа «Двигательное развитие» входит в комплексную программу формирования здорового и безопасного образа жизни, направленную на формирование у обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), имеющих ТМНР, элементарных знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение

и укрепление физического и психического здоровья как одной из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребёнка.

Цель программы: средствами игры способствовать разрешению проблем личностного развития учащихся, формированию нравственно и физически здоровой личности ребенка, через игры приобщать к культурным традициям русского народа, народов мира, обеспечение эмоционально-психологического благополучия, охраны и укрепления здоровья детей.

Основные задачи программы: создание благоприятной и радостной атмосферы и побуждение к двигательной активности через подвижные и музыкальные игры, развитие музыкальных и творческих способностей детей (с учетом возможностей каждого) посредством различных видов игровой деятельности, способствовать развитию общей духовной культуры, формирование элементарных представлений об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; развитие внутренних психических процессов, мотивация двигательной активности.

Основная идея программы нацелена: на развитие элементарных компонентов культуры здоровья и здорового образа жизни через участие обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), имеющих ТМНР в различных видах игровой деятельности (подвижных и музыкальных) в основу, которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы.

Основные формы и методы организации образовательного процесса.

Организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям младшего школьника с умственной отсталостью: игры, беседы, просмотр тематических видеофильмов, развивающих мультфильмов, экскурсии, дни здоровья, спортивные мероприятия, конкурсы.

Данная программа реализуется непосредственно в образовательной организации. Основное преимущество реализации внеурочной деятельности непосредственно в образовательной организации заключается в том, что в ней созданы все условия для полноценного пребывания обучающихся с умственной отсталостью в течение дня, содержательном единстве учебного, воспитательного и коррекционно- развивающего процессов.

Все занятия по внеурочной деятельности проводятся после уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т.е. 40 минут. **Данная программа рассчитана на один год обучения.** Всего 34 часа (1 час в неделю во внеурочное время).

2. КРАТКАЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ОБУЧАЮЩИХСЯ С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ.

Для обучающихся, получающих образование по АООП (вариант2) характерно интеллектуальное и психофизическое недоразвитие в умеренной, тяжелой или глубокой степени, которое может сочетаться с локальными или системными нарушениями зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата, расстройствами аутистического спектра, эмоционально-волевой сферы, выраженными в различной степени тяжести. У некоторых детей выявляются текущие психические и соматические заболевания, которые значительно осложняют их индивидуальное развитие и обучение.

Дети с умеренной умственной отсталостью характеризуются выраженным недоразвитием мыслительной деятельности, препятствующим освоению предметных учебных знаний. Наряду с нарушением базовых психических функций, памяти и мышления отмечается своеобразное нарушение всех структурных компонентов речи: фонетико-фонематического, лексического и грамматического. Большая часть детей данной группы владеет элементарной речью: могут выразить простыми словами и предложениями свои потребности, сообщить о выполненном действии, ответить на вопрос взрослого отдельными словами, словосочетаниями или фразой. Речь носит

формальный характер и не направлена на решение задач социальной коммуникации. Часть детей осуществляет коммуникацию при помощи естественных жестов, вокализаций, отдельных слогов и стереотипного набора слогов. Обучающиеся могут выполнять отдельные операции, входящие в состав предметных действий, но недостаточно осознанные мотивы деятельности, а также неустойчивость внимания и нарушение последовательности выполняемых операций препятствуют выполнению действия как целого. Внимание у обучающихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью отличается низким уровнем продуктивности из-за быстрой истощаемости, неустойчивости, отвлекаемости. Слабость активного внимания препятствует решению сложных задач познавательного содержания, формированию устойчивых учебных действий. Психофизическое недоразвитие характеризуется нарушениями координации, точности, темпа движений, что осложняет формирование физических действий: бег, прыжки и др., а также навыков несложных трудовых действий. У части детей с умеренной умственной отсталостью отмечается замедленный темп, рассогласованность, неловкость движений. У других – повышенная возбудимость сочетается с хаотичной нецеленаправленной деятельностью. Наиболее типичными для данной категории обучающихся являются трудности в овладении навыками, требующими тонких точных дифференцированных движений: удержание позы, захват карандаша, ручки, кисти, шнурование ботинок, застегивание пуговиц, завязывание ленточек, шнурков и др.

Дети с выраженными нарушениями поведения и с расстройствами аутистического спектра проявляют расторможенность, «полевое», нередко агрессивное поведение, стереотипии, выраженные трудности коммуникации и социального взаимодействия. Такое поведение затрудняет контакт с окружающими или он возникает как форма физического обращения к взрослым в ситуациях, когда ребёнку требуется помощь в удовлетворении потребности. Нет интереса к деятельности окружающих, не проявляют ответных реакций на попытки учителя (родителя) организовать их взаимодействие с окружающими. В ситуациях, запрещающих то или иное действие, проявляют агрессию или самоагрессию, бросают предметы, демонстрируя свои деструктивные действия. Такие реакции наблюдаются при смене привычной обстановки, наличия рядом незнакомых людей, в шумных местах.

3. ФОРМИРОВАНИЕ БАЗОВЫХ УЧЕБНЫХ ДЕЙСТВИЙ (БУД).

Функции, состав и характеристика базовых учебных действий обучающихся с умственной отсталостью

Программа формирования базовых учебных действий у обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР направлена на формирование готовности у детей к овладению содержанием АООП образования для обучающихся с умственной отсталостью (вариант 2) и включает следующие задачи:

1. Подготовку ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся.
2. Формирование учебного поведения:
 - направленность взгляда (на говорящего взрослого, на задание);
 - умение выполнять инструкции педагога;
 - использование по назначению учебных материалов;
 - умение выполнять действия по образцу и по подражанию.
3. Формирование умения выполнять задание:
 - в течение определенного периода времени,
 - от начала до конца,
 - с заданными качественными параметрами.

4. Формирование умения самостоятельно переходить от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т.д.

Задачи по формированию базовых учебных действий включаются в СИПР с учетом особых образовательных потребностей обучающихся. Решение поставленных задач происходит как на групповых и индивидуальных занятиях по учебным предметам, так и на специально организованных коррекционных занятиях в рамках учебного плана.

4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.

1 класс

Основным ожидаемым результатом освоения обучающимся программы внеурочной деятельности «Двигательное развитие» спортивно-оздоровительного направления является развитие жизненной компетенции, позволяющей достичь максимальной самостоятельности (в соответствии с его психическими и физическими возможностями) в решении повседневных жизненных задач, включение в жизнь общества через индивидуальное поэтапное и планомерное расширение жизненного опыта и повседневных социальных контактов.

Ожидаемые результаты:

- социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- формирование уважительного отношения к окружающим;
- желание заниматься спортом, вести здоровый образ жизни;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных видах игровой деятельности.

Форма представления результатов.

Наиболее рациональным способом предоставления результатов будет подведение итогов каждого изучаемого раздела в игровой форме, при организации коллективного творческого дела.

Подобная организация учета знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности будет способствовать формированию и поддержанию ситуации успеха для каждого обучающегося, а также будет способствовать процессу обучения в командном сотрудничестве, при котором каждый обучающийся будет значимым участником деятельности.

2 класс

В соответствии с требованиями для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей. В связи с этим требования к результатам освоения программы представляют собой описание возможных (ожидаемых) результатов образования данной категории обучающихся.

Личностные и предметные результаты освоения конкретного курса внеурочной деятельности обучающимися с умеренной умственной отсталостью.

Личностные:

- положительное отношение к учителю, эмоционально-положительные проявления к сотрудничеству;
- владение правилами поведения в учебной ситуации;
- положительное отношение к физическим упражнениям и оздоровительным мероприятиям,
- проявление интереса и потребности к передвижению в пространстве;

- владение алгоритмом действий в игровой, учебной, бытовой ситуации;
- владение доступными знаниями, умениями, навыками, отражающими индивидуальный вариант содержания образования.

Общие предметные:

- овладение доступными способами обучения (совместно, по подражанию, по инструкции),
- появление практических способов действий в играх и манипуляциях с предметами (умений брать, держать, ловить, бросать, катить ит.д.).

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) связаны с овладением речью и альтернативной коммуникацией в житейски значимых для детей практических ситуациях: способность обучающихся поддерживать в доступной форме общение со взрослыми и сверстниками, использовать усвоенные средства вербальной, невербальной и альтернативной коммуникации для продолжения общения в разных ситуациях.

Значимым достижением в речевом развитии обучающихся 2 класса освоения курса внеурочной деятельности можно разделить на три группы в виду особых образовательных потребностей и возможностей данной группы детей:

Пропедевтический уровень:

- реагировать на обращенную речь и свое имя;
- задерживать взгляд на лице говорящего;
- различать неречевые звуковые сигналы (2 звука);
- произвольно выдыхать;
- работать перед зеркалом по подражанию;
- соотносить знакомые предметы и действия с их словесным обозначением;
- понимать и выполнять простейшие одноступенчатые инструкции;
- понимать вопросы «кто?», «что?», «где?»
- пользоваться указательным жестом и жестом «дай»;
- показывать на себе и на кукле глаза, руки, ноги;
- группировать предметы по цвету.

Минимальный уровень

- различать неречевые сигналы (4 звука) и показывать направление звучания;
- производить длительный плавный выдох;
- правильно артикулировать гласные звуки А, О, У, И и согласные звуки М, Н, П, Т, К, Х, Б.
- работать перед зеркалом по подражанию;
- соотносить предметы и действия с их словесным обозначением;
- узнавать предметы по назначению и по описанию;
- различать грамматические формы слов (единственное и множественное число существительных, существительные с уменьшительно – ласкательными суффиксами);
- понимать и выполнять одно – двухступенчатые инструкции;
- произносить двусложные слова из повторяющихся слогов;
- употреблять глаголы в повелительном наклонении;
- понимать вопросы косвенных падежей;

- отвечать на вопросы «Кто это?» «Что это?», «Что делает?»;
- составлять двух-трехсловные предложения;
- понимать предлоги В, НА, ПОД;
- понимать несложные рассказы, сказки со зрительной опорой;
- собирать разрезные картинки (2 – 4 части);
- закрашивать готовые изображения.

Базовый уровень

- произносить правильно в словах поставленные звуки;
- производить длительный плавный выдох;
- соотносить предметы и действия с их словесным обозначением;
- ориентироваться в названиях действий, изображенных на сюжетной картинке;
- узнавать предметы по назначению и по описанию;
- употреблять грамматические формы слов (единственное и множественное число существительных, существительные с уменьшительно – ласкательными суффиксами); - понимать вопросы косвенных падежей;
- употреблять существительные в косвенных падежах;
- употреблять глаголы в инфинитиве, повелительном наклонении, в 3-м лице единственном и множественном числе, в прошедшем времени;
- составлять предложения из 4 слов;
- понимать значение предлогов В, НА, ПОД, ИЗ;
- употреблять простые предлоги;
- произносить слова из открытых слогов;
- употреблять глаголы в инфинитиве и повелительном наклонении;
- отвечать на вопросы «Кто это?» «Что это?»; «Что делает?»
- составлять предложения из 2 – 4 слов;
- составление рассказа о себе с использованием слов, графического, предметного символа или мануального знака.
- понимать несложные рассказы, сказки со зрительной опорой;
- понимать несложные самостоятельно прочитанные предложения.

Значимым достижением в двигательном развитии обучающихся 2 класса - являются зрительно-моторные комплексы и координации, повышающие социальную самостоятельность в быту и познавательный интерес к окружающей действительности, облегчающие процесс обучения и обеспечивающие его эффективность в доступной ученику форме.

3 класс

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР (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.

- *Восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений.*
- Освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться (в т.ч. с использованием технических средств).
- Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей.
- Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости.
- Умение радоваться успехам: выше прыгнул, быстрее пробежал и др.
- *Соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью.*
- Умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения, др.
- *Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности: спортивные игры, туризм.*
- Интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: спортивные и подвижные игры, туризм, физическая подготовка.
- Умение кататься на санках, играть в подвижные игры и др.

Форма представления результатов.

Наиболее рациональным способом предоставления результатов будет подведение итогов каждого изучаемого раздела в игровой форме, при организации коллективного творческого дела.

Подобная организация учета знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности будет способствовать формированию и поддержанию ситуации успеха для каждого обучающегося, а также будет способствовать процессу обучения в командном сотрудничестве, при котором каждый обучающийся будет значимым участником деятельности.

4 класс

Основным ожидаемым результатом освоения обучающимся содержания программы внеурочной деятельности «Двигательное развитие» спортивно-оздоровительного направления является развитие жизненной компетенции, позволяющей достичь максимальной самостоятельности (в соответствии с его психическими и физическими возможностями) в решении повседневных жизненных задач, включение в жизнь общества через индивидуальное поэтапное и планомерное расширение жизненного опыта и повседневных социальных контактов.

Ожидаемые результаты (4-в класс):

- социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- формирование уважительного отношения к окружающим;
- желание заниматься спортом, вести здоровый образ жизни;

- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных видах игровой деятельности.

Форма представления результатов.

Наиболее рациональным способом предоставления результатов будет подведение итогов каждого изучаемого раздела в игровой форме, при организации коллективного творческого дела.

Подобная организация учета знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности будет способствовать формированию и поддержанию ситуации успеха для каждого обучающегося, а также будет способствовать процессу обучения в командном сотрудничестве, при котором каждый обучающийся будет значимым участником деятельности.

5. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

1 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов
1	Основы знаний	22
2	Коррекционные упражнения	11
	Всего часов	33

Программный материал рассчитан на 33 учебных часа (1 час в неделю).

2 класс

№	Наименование раздела программы и тем занятий	Количество часов
1	Правила поведения на занятиях. Разучивание приветствия.	1
2	Упражнения для формирования правильной осанки.	8
3	Дыхательные упражнения.	2
4	Основные положения и движения (по подражанию).	3
6	Ходьба и бег.	12
8	Прыжки.	4
9	Выполнение движений руками.	4
	За год	34 занятия

Программный материал рассчитан на 34 часа (34 учебных недели по 1 часу в неделю)

11
3 класс

№п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов
1.	Упражнения для формирования правильной осанки. «Качание рук слентами» муз. А. Жилина.	1
2.	Дыхательные упражнения. «Колыбельная» муз. С. Левидова.	1
3.	Основные положения и движения (по подражанию). Игра «Птичка икошка».	1
4.	Ходьба и бег. «Марш» муз. Е. Тиличеевой	1
5.	Упражнение «Прыжки» муз. Д. Кабалецкого.	1
6.	Развитие координационных способностей. Игра «Огородная-хороводная» муз. Б. Можжевелова.	1
7.	Ходьба и бег. «Марш» муз. Е. Тиличеевой под ритм маракасов	1
8.	Ходьба и бег. «Марш» муз. Е. Тиличеевой под ритм бубна	1
9.	Ходьба и бег. Упражнение «Марш и бег под барабан».	1
10.	Комплексное развитие физических качеств. Игра «Ловишки» муз. И.Гайдна	1
11.	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. «Да-да-да» муз.Е. Тиличеевой.	1
12.	Упражнение на формирование правильной осанки. «Качание рук слентами» муз. А. Жилина.	1
13.	Профилактика плоскостопия. Упражнение «Шагаем как медведи»муз. Е. Каменогородского.	1
14.	Основные положения и движения (по подражанию). Игра «Показиладошки» рус. нар. мелодия.	1
15.	Развитие координационных способностей. Игра «Хитрый кот» рус.нар. прибаутка.	1
16.	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Ритмическаяигра «Жучки».	
17.	Комплексное развитие физических качеств. «Птички» муз. Т.Ломовой.	1
18.	Развитие координации движений. «Игра с погремушками» муз. А.Жилина.	1
19.	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча.	1
20.	Игры на развитие внимания. Игра «Тихо-громко» на металлофоне.	1
21.	Упражнение на формирование правильной осанки. «Качание рук слентами» муз. А. Жилина.	1
22.	Игры на развитие внимания. «Зайцы и лиса» муз. Ю. Рожавской.	1
23.	Общеразвивающие и корригирующие упражнения под ритммаракасов.	1
24.	Ходьба и бег. Упражнение «Саночки» муз. А. Филлипенко.	1
25.	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча.	
26.	Игры на развитие внимания. «Игра с платочком» рус. нар. мелодия.	1
27.	Ходьба и бег. Упражнение «Саночки» муз. А. Филлипенко. Игра «Узнай инструмент».	1
28.	Упражнение на формирование правильной осанки. Упражнение «Хлопки в ладоши» англ. нар. мелодия	1
29.	Развитие координации движений	1

30.	Ходьба и бег под ритм маракасов.	1
31.	Ходьба и бег под ритм бубна.	1
32.	Игры на развитие внимания. Ритмическая игра «Паровоз».	1
33.	Развитие координации движений. Игра «Веселый оркестр».	1
34.	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Игра надеревянных палочках	1

Продолжительность учебных недель: – 34 учебные недели.

Программный материал рассчитан на 34 учебных часов (1 час в неделю).

4 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов
1.	Правила поведения в спортивном зале и на уроках.	1
2.	Упражнения для формирования правильной осанки. «Ветер и ветерок» уз. Л. Бетховен.	1
3.	Дыхательные упражнения «Танец осенних листочков» муз. А. Филлипенко	1
4.	Основные положения и движения (по подражанию) «Покажи ладошки» лат. нар. мелодия.	1
5.	Дыхательные упражнения «Танец осенних листочков» муз. А. Филлипенко	1
6.	Развитие координационных способностей. Игра на металлофоне.	1
7.	Ходьба и бег. Упражнение «Высокий и тихий шаг. «Марш» муз. Ж. Люли.	1
8.	Комплексное развитие физических качеств	1
9.	Профилактика плоскостопия	1
10.	Основные положения и движения (по подражанию) «Покажи ладошки» лат. нар. мелодия	1
11.	Развитие координационных способностей. Игра на металлофоне.	1
12.	Общеразвивающие и корригирующие упражнения Песня «Огородная – хороводная» сл.А. Пассовой, муз. Б. Можжевелова.	1
13.	Комплексное развитие физических качеств	1
14.	Развитие координации движений. Ритмическая игра «Сделай так»	1
15.	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча	1
16.	Игры на развитие внимания. «Дети и медведь» муз. и сл. В. Верховинца.	1
17.	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча	1
18.	Игры на развитие внимания. «Дети и медведь» муз. и сл. В. Верховинца.	1
19.	Общеразвивающие и корригирующие упражнения Песня «Огородная – хороводная» сл.А. Пассовой, муз. Б. Можжевелова.	1
20.	Упражнение на формирование правильной осанки. «Ветер и ветерок» муз. Л. Бетховен.	1
21.	Упражнение «Ходьба и бег» лат. нар. мелодия.	1
22.	Упражнение на формирование правильной осанки. «Веселые дети» лит. нар. мелодия.	1
23.	Комплексное развитие физических качеств	1

24.	Развитие координации движений. Ритмическая игра «Сделай так»	1
25.	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча	1
26.	Игры на развитие внимания «Дети и медведь» муз. и сл. В. Верховинца.	1
27.	Развитие скоростно-силовых способностей «Лошадки» муз. Л. Банниковой	1
28.	Развитие координации движений. Ритмическая игра «Сделай так»	1
29.	Метание теннисного мяча	1
30.	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча	1
31.	Развитие координации движений. Ритмическая игра «Сделай так»	1
32.	Игры на развитие внимания «Дети и медведь» муз. и сл. В. Верховинца.	1
33.	Развитие скоростно-силовых способностей «Лошадки» муз. Л. Банниковой	1
34.	Общеразвивающие и корригирующие упражнения Песня «Огородная – хороводная» сл.А. Пассовой, муз. Б. Можжевелова.	1
	Всего	34

6.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА.**1 класс**

Удержание головы в положении лежа на спине (на животе, на боку (правом, левом), в положении сидя. Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), повороты (вправо, влево в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), «круговые» движения (по часовой стрелке и против часовой стрелки).

Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые» Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание. Выполнение движений плечами.

Опора на предплечья, на кисти рук. Бросание мяча двумя руками (от груди, от уровня колен, из-за головы), одной рукой (от груди, от уровня колен, из-за головы). Отбивание мяча от пола двумя руками (одной рукой).

Ловля мяча на уровне груди (на уровне колен, над головой). Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот живота на спину. Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Вставание на четвереньки. Ползание на животе (на четвереньках). Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения «лежа на спине». Вставание на колени из положения «сидя на пятках». Стояние на коленях. Ходьба на коленях. Вставание из положения «стоя на коленях».

Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад. Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры), по наклонной поверхности (вверх, вниз; с опорой, без опоры), по лестнице (вверх, вниз; с опорой, без опоры). Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе). Бег с высоким подниманием бедра (захлестывая голень назад, приставным шагом). Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево). Прыжки на одной ноге. Удары по мячу ногой с места (с нескольких шагов, с разбега).

Особенность курса заключается в том, что в структура каждого занятия занятий включает в себя развитие памяти, внимания, оптико-пространственных функций, слуховых функций, двигательной сферы, ручной моторики, артикуляционной моторики, речевой функциональной системы, звукопроизношения. В занятия включаются пальчиковые игры или массаж пальцев, гимнастика для глаз, различные виды ходьбы и бега под музыку, стихотворения, сопровождаемые движениями, мимические упражнения, а также могут быть упражнения на релаксацию под музыку, музыкальные игры. Основу курса внеурочной деятельности «Двигательное развитие» составляют игровые упражнения физической направленности.

Содержание программы внеурочной деятельности включает следующие направления и виды деятельности:

Упражнения на ориентировку в пространстве

Упражнения на развитие дыхания, голоса и артикуляции. Работа над артикуляцией позволяет уточнить правильное звукопроизношение, развивает подвижность языка, челюстей, губ, способствует хорошей переключаемости артикуляционных движений.

Артикуляционные упражнения направлены на развитие подвижности языка, губ, челюстей, переключаемости артикуляционных движений. Они могут выполняться как под музыку, так и без нее, под счет.

Упражнения на активизацию внимания и памяти. Для детей, имеющих речевые нарушения, особенно важно развивать слуховое внимание и слуховую память. Детские игры.

Счетные упражнения. (Считалки) Эти упражнения позволяют задавать определенный темп и ритм выполнения движений.

Речевые упражнения без музыкального сопровождения. Их суть – ритмичное проговаривание стихотворного текста с одновременным выполнением действий. Стихотворный текст в этих упражнениях является ритмической основой для выполнения движений. Это позволяет совершенствовать общую и мелкую моторику, вырабатывает хорошую координацию действий. Развитие чувства темпа. Пение прекрасно развивает дыхание, голос, формирует чувство ритма и темпа, улучшает дикцию и координирует слух и голос.

Упражнения на развитие мелкой моторики - пальчиковые игры. Проводятся для развития подвижности пальцев, мелкой моторики проговариванием текста, а также с мелкими предметами – карандашами, палочками, мячами.

Упражнения на развитие мимики. Эти упражнения направлены на развитие мимической и артикуляционной моторики (подвижность губ и щек).

Упражнения на развитие фонематического восприятия. Фонематическое восприятие – это различение на слух всех звуковых единиц языка. Эти упражнения направлены на различение слов, близких по звуковому составу, на различение слогов, выделение различных слоговых сочетаний, отдельных звуков, дифференциации на слух похожих по звучанию звуков

Коррекция звукопроизношения. На занятиях проводится работа по исправлению неправильного звукопроизношения. На подготовительном этапе даются упражнения на формирование слухового внимания, фонематического восприятия, артикуляционной и мимической моторики, затем звук автоматизируется и дифференцируется.

Упражнения на развитие общеразвивающих двигательных умений.

Удержание головы в положении лежа на спине (на животе, на боку (правом, левом), в положении сидя. Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), повороты (вправо, влево в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), «круговые» движения (по часовой стрелке и против часовой стрелки).

Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые».

Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание. Выполнение движений плечами.

Опора на предплечья, на кисти рук. Бросание мяча двумя руками (от груди, от уровня колен, из-за головы), одной рукой (от груди, от уровня колен, из-за головы). Отбивание мяча от пола двумя руками (одной рукой).

Ловля мяча на уровне груди (на уровне колен, над головой). Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот с живота на спину. Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Вставание на четвереньки. Ползание на животе (на четвереньках). Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения «лежа на спине». Вставание на колени из положения «сидя на пятках». Стояние на коленях. Ходьба на коленях. Вставание из положения «стоя на коленях».

Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад. Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры), по наклонной поверхности (вверх, вниз; с опорой, без опоры), по лестнице (вверх, вниз; с опорой, без опоры). Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе). Бег с высоким подниманием бедра (захлестывая голень назад, приставным шагом). Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево). Прыжки на одной ноге. Удары по мячу ногой с места (с нескольких шагов, с разбега).

3 класс

Удержание головы в положении лежа на спине (на животе, на боку (правом, левом), в положении сидя. Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), повороты (вправо, влево в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), «круговые» движения (по часовой стрелке и против часовой стрелки).

Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые».

Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание. Выполнение движений плечами.

Опора на предплечья, на кисти рук. Бросание мяча двумя руками (от груди, от уровня колен, из-за головы), одной рукой (от груди, от уровня колен, из-за головы). Отбивание мяча от пола двумя руками (одной рукой).

Ловля мяча на уровне груди (на уровне колен, над головой). Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот с живота на спину. Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Вставание на четвереньки. Ползание на животе (на четвереньках). Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения «лежа на спине». Вставание на колени из положения «сидя на пятках». Стояние на коленях. Ходьба на коленях. Вставание из положения «стоя на коленях».

Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад. Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры), по наклонной поверхности (вверх, вниз; с опорой, без опоры), по лестнице (вверх, вниз; с опорой, без опоры). Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе). Бег с высоким подниманием бедра (захлестывая голень назад, приставным шагом). Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево). Прыжки на одной ноге. Удары по мячу ногой с места (с нескольких шагов, с разбега).

Удержание головы в положении лежа на спине (на животе, на боку (правом, левом), в положении сидя. Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), повороты (вправо, влево в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), «круговые» движения (по часовой стрелке и против часовой стрелки).

Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые».

Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание. Выполнение движений плечами.

Опора на предплечья, на кисти рук. Бросание мяча двумя руками (от груди, от уровня колен, из-за головы), одной рукой (от груди, от уровня колен, из-за головы). Отбивание мяча от пола двумя руками (одной рукой).

Ловля мяча на уровне груди (на уровне колен, над головой). Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот с живота на спину. Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Вставание на четвереньки. Ползание на животе (на четвереньках). Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения «лежа на спине». Вставание на колени из положения «сидя на пятках». Стояние на коленях. Ходьба на коленях. Вставание из положения «стоя на коленях».

Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад. Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры), по наклонной поверхности (вверх, вниз; с опорой, без опоры), по лестнице (вверх, вниз; с опорой, без опоры). Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе). Бег с высоким подниманием бедра (захлестывая голень назад, приставным шагом). Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево). Прыжки на одной ноге. Удары по мячу ногой с места (с нескольких шагов, с разбега).

7. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.

1 класс

№	Наименование раздела программы и тем	Количество часов	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся (результат) (знать/уметь)	Оборудование, дидактический материал, ТСО и ИТ
1	Правила поведения в спортивном зале и на уроках АФК	1	Беседа о технике безопасности на уроках АФК. Построение и перестроение упражнения для формирования правильной осанки.	Соблюдение правил безопасного поведения в процессе занятий физической культурой.	презентация
2	Упражнения для формирования правильной осанки	1	Построение перестроение. Построение в колонну по одному, равнение в затылок. Упражнения для формирования правильной осанки	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне.	карточки

3	Дыхательные упражнения. «Разминка» сл. и муз. Е. Макшанцевой.	1	Построение перестроение. Построение в колонну по одному, парами, равнение в затылок. Ходьба и бег. Дыхательные упражнения. Игра малой подвижности	Выполнение подражательных действий, повторение дыхательных упражнений по показу.	презентация
4	Основные положения и движения (по подражанию). «Воробушки» муз. М. Красева.	1	Построение в колонну по одному, парами, равнение в затылок. Ходьба и бег. Основные положения и движения головы, Наклоны головы с произнесением звуков «да, да, да»; «ай-ай-ай»; «нет, нет» движения кисти рук.(сгибание пальцев в кулак и разгибание. Сведение и разведение пальцев. Сгибание и разгибание кисти.	Подражательные действия по построению перестроению в колонне, сгибание разгибание кисти	карточки
5	Основные положения. Дыхательные упражнения.	1	Основные положения и движения рук: вперед, в стороны, вверх, вниз, на пояс, к плечам, хлопки вверху, внизу, сгибание и разгибание в локтевых суставах. Подвижная игра «У медведя во бору»	Подражательные действия по построению перестроению в колонне, сгибание разгибание кисти	презентация
6	Ходьба и бег. Муз. Е. Тиличевой	1	Ходьба под счет. ходьба в колонну парами, по одному, по кругу. Ходьба в медленном и быстром темпе. ОРУ без предметом построение в колонну по одному с помощью учителя	Выполнение ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	
7	Дыхательные упражнения. «Разминка» сл. и муз. Е. Макшанцевой	1	Построение перестроение. Построение в колонну по одному, парами, равнение в затылок. Ходьба и бег. Дыхательные упражнения. Глубокий вдох через нос и выдох через рот. Правильное дыхание в ходьбе имитацией. «Паровоз» - «чу,чу,чу»- выдох. «Самолёт» «у-у-у». Игра малой подвижности. «На праздник»	Выполнение подражательных действий, повторение дыхательных упражнений по показу.	презентация
8	Прыжки. «Догони зайчика» муз. Е. Тиличевой.	1	Построение в шеренгу. Разновидности ходьбы. Медленный бег. Выполнение вместе с учащимися поскоков на месте на двух ногах; прыжки слегка продвигаясь в перед. Игра «С кочки на кочку»	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег, прыжки.	карточки

9	Выполнение движений руками	1	Построение в шеренгу. Разновидности ходьбы. Медленный бег. Бросание мяча двумя руками (от груди, от уровня колен, из-за головы), одной рукой (от груди, от уровня колен, из-за головы). Отбивание мяча от пола двумя руками (одной рукой). Игра «С кочки на кочку»	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег, прыжки.	
10	Прыжки	1	Построение в шеренгу. Разновидности ходьбы. Медленный бег. Выполнение вместе с учащимися поскоков на месте на двух ногах; прыжки слегка продвигаясь в перед. Игра «С кочки на кочку»	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег, прыжки.	презентация
11	Развитие координационных способностей. Песня «Веселый барабанщик» сл. Б. Окуджавы, муз. Л. Шварца.	1	Ходьба по начерченному коридору шириной 20-30см. Ходьба по «коридору» между двумя скамейками или булавами.	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	карточки
12	Ходьба и бег. «Жмурка с бубном» рус. нар. песня.	1	Ходьба под счет. ходьба в колонну парами, по одному, по кругу. Ходьба в медленном и быстром темпе. ОРУ без предметом построение в колонну по одному с помощью учителя	Выполнение ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	презентация
13	Выполнение движений ногами. «Погоуляем» муз. Е. Макшанцевой.	1	Построение и перестроения, построение в колонну по одному с помощью учителя, построение в одну шеренгу в нарисованных кружках, ходьба по линии на носках и пятках, ходьба с различными положениями рук, подъем ноги вверх, отведение ног в сторону, отведение ноги назад. Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры), по наклонной поверхности (вверх, вниз; с опорой, без опоры), по лестнице (вверх, вниз; с опорой, без опоры).	Выполнение ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	карточки

14	Ходьба и бег	1	Построение и перестроения, построение в колонну по одному с помощью учителя, построение в одну шеренгу в нарисованных кружках, ходьба по линии на носках и пятках, ходьба с различными положениями рук, Обычный бег. П/и «Пойдем на прогулку»	Выполнение ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	презентация
15	Прыжки. «Зайки полесу бегут» муз. А. Гречанинова	1	Построение в шеренгу. Разновидности ходьбы. Медленный бег. Выполнение вместе с учащимися поскоков на месте на двух ногах; прыжки слегка продвигаясь в перед. Игра «С кочки на кочку»	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег, прыжки.	карточки
16	Развитие координационных способностей. Песня «Что такое доброта?»	1	Ходьба по начерченному коридору шириной 20-30см. Ходьба по «коридору» между двумя скамейками или булавами.	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	презентация
17	Построение и перестроение. «Где флажки?» муз. И. Кишко.	1	Построение в одну шеренгу, взявшись за руки, равнение по начерченной линии, размыкание на вытянутые руки по показу учителя. П/И» У ребят порядок строгий»	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	карточки
18	Общеразвивающие и корригирующие упражнения	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Основные положения и движения головы, рук, туловища, ног, общеукрепляющие упражнения с предметами. Упражнения с обручами.	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	презентация
19	Ходьба и бег. «Тихие и громкие звончки» муз. Р. Рустамова	1	Построение и перестроения, построение в колонну по одному с помощью учителя, построение в одну шеренгу в нарисованных кружках, ходьба по линии на носках и пятках, ходьба с различными положениями рук, Обычный бег. П/и «Пойдем на прогулку»	Выполнение ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	карточки
20	Построение и перестроение	1	Построение в одну шеренгу, взявшись за руки, равнение по начерченной линии, размыкание на вытянутые руки по показу учителя. П/И» У ребят порядок строгий»	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	

21	Развитие координационных способностей. «Веселая погремушка» Е. С.Железновы.	1	Ходьба по начерченному коридору шириной 20-30см. Ходьба по «коридору» между двумя скамейками или булавами.	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	презентация
22	Ходьба и бег. Игра с погремушками муз. А. Лазаренко	1	Построение и перестроения, построение в колонну по одному с помощью учителя, построение в одну шеренгу в нарисованных кружках, ходьба по линии на носках и пятках, ходьба с различными положениями рук, Обычный бег. П/и «Пойдем на прогулку»	Выполнение ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	карточки
23	Комплексное развитие физических качеств	1	Разновидности ходьбы. Бег с ускорением. Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Ходьба с высоким подниманием бедра. Подвижная игра «Вызов номера». Развитие физических качеств	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	презентация
24	Построение и перестроение под ритм барабана.	1	Построение в одну шеренгу, взявшись за руки, равнение по начерченной линии, размыкание на вытянутые руки по показу учителя. П/И» У ребят порядок строгий»	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	карточки
25	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Песня «Огородная – хороводная» сл. А. Пассовой, муз. Б. Можжевелова.	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Основные положения и движения головы, рук, туловища, ног, общеукрепляющие упражнения с предметами. Упражнения с обручами.	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	
26	Ходьба и бег	1	Построение и перестроения, построение в колонну по одному с помощью учителя, построение в одну шеренгу в нарисованных кружках, ходьба по линии на носках и пятках, ходьба с различными положениями рук, Обычный бег. П/и «Пойдем на прогулку»	Выполнение ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	презентация

27	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Песня «Веселый барабанщик» сл. Б. Окуджавы, муз. Л. Шварца.	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Основные положения и движения головы, рук, туловища, ног, общеукрепляющие упражнения с предметами. Упражнения с обручами.	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	карточки
28	Упражнение на формирование правильной осанки	1	Упражнение на развитие мышц спины, брюшного пресса: в положении лежа, сидя, стоя.	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне.	
29	Ходьба и бег под ритм маракасов.	1	Построение и перестроения, построение в колонну по одному с помощью учителя, построение в шеренгу в нарисованных кружках, ходьба по линии на носках и пятках, ходьба с различными положениями рук, Обычный бег. П/и «Пойдем на прогулку»	Выполнение ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	презентация
30	Комплексное развитие физических качеств. «Птички» муз. Т. Ломовой.	1	Разновидности ходьбы. Бег с ускорением. Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Ходьба с высоким подниманием бедра. Подвижная игра «Вызов номера». Развитие физических качеств	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	карточки
31	Профилактика плоскостопия. «Яркие флажки» муз. Ан. Александрова.	1	Построение в шеренгу. Разновидности ходьбы. Медленный бег. Упражнения на полу		презентация
32	Основные положения и движения (по подражанию). «Большие и маленькие ноги» муз. В. Агафонникова.	1	Построение в колонну по одному, парами, равнение в затылок. Ходьба и бег. Основные положения и движения головы, Наклоны головы с произнесением звуков «да, да, да»; «ай-ай-ай»; «нет, нет» движения кисти рук. (сгибание пальцев в кулак и разгибание. Сведение и разведение пальцев. Сгибание и разгибание кисти.	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне, сгибание и разгибание кисти	карточки

33	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Песня «Что такое доброта?»	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Основные положения и движения головы, рук, туловища, ног, общеукрепляющие упражнения с предметами. Упражнения с обручами.	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, поодному, по кругу.	карточки
	Всего	33 часа			

2 класс

№	Наименование раздела программы и тем занятий	Количество часов	Элементы содержания занятия	Возможные предметные результаты	Оборудование, дидактич. материал, ТСО и ИТ
1	Правила поведения на занятиях. Разучивание приветствия.	1	Беседа о технике безопасности на уроках. Построение и перестроение упражнения для формирования правильной осанки. Речевой материал «Здравствуй пальчик, где ты был»	Соблюдение правил безопасного поведения в процессе занятия. Повторение за педагогом способов приветствия.	презентация
2	Упражнения для формирования правильной осанки. «Птички летают» муз. А. Серова	1	Построение перестроение. Построение в колонну по одному, равнение в затылок. Упражнения для формирования правильной осанки. Речевой материал «Поросята трусишки»	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне. Повторение за педагогом движений и проговаривание отдельных слов.	карточки
3	Дыхательные упражнения. «Спокойная ходьба и кружение» рус. нар. мелодия.	1	Построение перестроение. Построение в колонну по одному, парами, равнение в затылок. Ходьба и бег. Дыхательные упражнения. Игра малой подвижности Речевой материал «Поросята трусишки»	Выполнение подражательных действий, повторение дыхательных упражнений по показу. Повторение за педагогом движений и проговаривание отдельных слов.	презентация
4	Основные положения	1	Построение в колонну по одному,	Подражательные действия	карточки

	и движения (по подражанию). под музыку «Карлики и великаны»		парами, равнение в затылок. Ходьба и бег. Основные положения и движения головы, Наклоны головы с произнесением звуков «да, да, да»; «ай-ай-ай»; «нет, нет» движения кисти рук. (сгибание пальцев в кулак и разгибание. Сведение и разведение пальцев. Сгибание и разгибание кисти. Речевой материал «Поросята трусишки»	по построению и перестроению в колонне, сгибание разгибание кисти. Повторение за педагогом движений и проговаривание отдельных слов.	
5	Основные положения. Дыхательные упражнения. «Спокойная ходьба и кружение» рус. нар. мелодия.	1	Основные положения и движения рук: вперед, в стороны, вверх, вниз, на пояс, к плечам, хлопки вверху, внизу, сгибание и разгибание в локтевых суставах. Подвижная игра «У медведя во бору» Речевой материал «Поросята трусишки»	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне, сгибание разгибание кисти	презентация
6	Ходьба и бег. «Большие и маленькие ноги» муз. В. Агафонникова.	1	Ходьба под счет. ходьба в колонну парами, по одному, по кругу. Ходьба в медленном и быстром темпе. ОРУ без предметом построение в колонну по одному с помощью учителя. Речевой материал «Поросята трусишки»	Выполнение ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу. Отработка отдельных слогов, слов в речевом сопровождении.	
7	Дыхательные упражнения с флажками.	1	Построение перестроение. Построение в колонну по одному, парами, равнение в затылок. Ходьба и бег. Дыхательные упражнения. Глубокий вдох через нос и выдох через рот. Правильное дыхание в ходьбе без имитаций. «Паровоз» - «чу, чу, чу» - выдох. «Самолёт» «у-у-у». Игра малой подвижности. «На праздник» Речевой материал «Поросята трусишки»	Выполнение подражательных действий, повторение дыхательных упражнений по показу.	презентация
8	Прыжки. Упражнение «Пружинка» рус. нар. мелодия.	1	Построение в шеренгу. Разновидности ходьбы. Медленный бег. Выполнение вместе с учащимися поскоков на месте на двух ногах; прыжки слегка продвигаясь в перед. Игра «С кочки на кочку» Речевой материал «Смелые гуси»	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег, прыжки.	карточки

9	Выполнение движений руками. «Вальс» муз. А. Хачатуряна.	1	Построение в шеренгу. Разновидности ходьбы. Медленный бег. Бросание мяча двумя руками (от груди, от уровня колен, из-за головы), одной рукой (от груди, от уровня колен, из-за головы). Отбивание мяча от пола двумя руками (одной рукой).. Игра «С кочки на кочку» Речевой материал «Смелые гуси»	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег, прыжки.	
10	Прыжки. Упражнение «Пружинка» рус. нар. мелодия.	1	Построение в шеренгу. Разновидности ходьбы. Медленный бег. Выполнение вместе с учащимися поскаков на месте на двух ногах; прыжки слегка продвигаясь в перед. Игра «С кочки на кочку» Речевой материал «Смелые гуси»	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег, прыжки.	презентация
11	Развитие координационных способностей. Упражнение «Воротики» муз. Т. Ломовой	1	Ходьба по начерченному коридору шириной 20-30см. Ходьба по коридору между двумя скамейками или булавами Речевой материал «Смелые гуси»	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	карточки
12	Ходьба и бег. «Марши бег» муз. Е. Тиличевой.	1	Ходьба под счет. ходьба в колонну парами, по одному, по кругу. Ходьба в медленном и быстром темпе. ОРУ без предметом построение в колонну по одному с помощью учителя Речевой материал «Сладкий сон»	Выполнение ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	презентация

13	Выполнение движений ногами. «Топающий шаг» муз. М. Раухвергера.	1	Построение и перестроения, построение в колонну по одному с помощью учителя, построение в одну шеренгу в нарисованных кружках, ходьба по линии на носках и пятках, ходьба с различными положениями рук, подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад. Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (сопорой, без опоры), по наклонной поверхности (вверх, вниз; с опорой, без опоры), по лестнице (вверх, вниз; с опорой, без опоры). Речевой материал «Сладкий сон»	Выполнение ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	карточки
14	Ходьба и бег. «Марши бег» муз. Е. Тиличевой.	1	Построение и перестроения, построение в колонну по одному с помощью учителя, построение в одну шеренгу в нарисованных кружках, ходьба по линии на носках и пятках, ходьба с различными положениями рук, Обычный бег. П/и «Пойдем напрогулку» Речевой материал «Сладкий сон»	Выполнение ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	презентация
15	Прыжки. Упражнение «Пружинка» рус. нар. мелодия.»	1	Построение в шеренгу. Разновидности ходьбы. Медленный бег. Выполнение вместе с учащимися поскаков на месте на двух ногах; прыжки слегка продвигаясь в перед. Игра «С кочки на кочку» Речевой материал «Сладкий сон»	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег, прыжки.	карточки
16	Развитие координационных способностей. Упражнение «Воротики» муз. Т. Ломовой	1	Ходьба по начерченному коридору шириной 20-30см. Ходьба по «коридору» между двумя скамейками или булавами. Речевой материал «Сладкий сон»	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	презентация
17	Построение и перестроение под ритм маркасов.	1	Построение в одну шеренгу, взявшись за руки, равнение по начерченной линии, размыкание на вытянутые руки по показу учителя. П/И) У ребят порядок строгий» Речевой материал «Сладкий сон»	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	карточки

18	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. «Да-да-да» муз. Е. Тиличевой.	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Основные положения и движения головы, рук, туловища, ног, общеукрепляющие игра с предметами. Игра с обручами. П/И Речевой материал «На качелях»	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	презентация
19	Ходьба и бег. «Марши бег» муз. Е. Тиличевой.	1	Построение и перестроения, построение в колонну по одному с помощью учителя, построение в одну шеренгу в нарисованных кружках, ходьба по линии на носках и пятках, ходьба с различными положениями рук, Обычный бег. П/и «Пойдем на прогулку» Речевой материал «На качелях»	Выполнение ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	карточки
20	Построение и перестроение. Ритмическая игра «Жучки».	1	Построение в одну шеренгу, взявшись за руки, равнение по начерченной линии, размыкание на вытянутые руки по показу учителя. П/И» У ребят порядок строгий» Речевой материал «На качелях»	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	
21	Развитие координационных способностей. Упражнение «Воротники» муз. Т. Ломовой	1	Ходьба по начерченному коридору шириной 20-30см. Ходьба по «коридору» между двумя скамейками или булавами. Речевой материал «На качелях»	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	презентация
22	Ходьба и бег. «Марши бег» муз. Е. Тиличевой.	1	Построение и перестроения, построение в колонну по одному с помощью учителя, построение в одну шеренгу в нарисованных кружках, ходьба по линии на носках и пятках, ходьба с различными положениями рук, Обычный бег. П/и «Пойдем на прогулку» Речевой материал «Мишки-шалунишки»	Выполнение ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	карточки

23	Комплексное развитие физических качеств. Игра с бубном.	1	Разновидности ходьбы. Бег с ускорением. Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Ходьба с высоким подниманием бедра. Подвижная игра «Вызов номера». Развитие физических качеств Речевой материал «Мишки-шалунишки»	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	презентация
24	Построение и перестроение. Ритмическая игра «Жучки».	1	Построение в одну шеренгу, взявшись за руки, равнение по начерченной линии, размыкание на вытянутые руки по показу учителя. П/И» У ребят порядок строгий» Речевой материал «Мишки-шалунишки»	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	карточки
25	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. «Да-да-да» муз. Е. Тиличевой.	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Основные положения и движения головы, рук, туловища, ног, общеукрепляющие игра с предметами. Игра с обручами. П/И Речевой материал «Мишки-шалунишки»	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	
26	Ходьба и бег. «Гуляем и пляшем» муз. М. Раухвергера.	1	Построение и перестроения, построение в колонну по одному с помощью учителя, построение в одну шеренгу в нарисованных кружках, ходьба по линии на носках и пятках, ходьба с различными положениями рук, Обычный бег. П/и «Пойдем на прогулку» Речевой материал «Мишки-шалунишки»	Выполнение ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	презентация
27	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. «Да-да-да» муз. Е. Тиличевой.	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Основные положения и движения головы, рук, туловища, ног, общеукрепляющие игра с предметами. Игра с обручами. П/И Речевой материал «Мишки-шалунишки»	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	карточки
28	Упражнение на формирование правильной осанки.	1	Упражнение на развитие мышц спины, брюшного пресса: в положении лежа, сидя, стоя. Речевой материал «Веселые ноты»	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне.	

29	Ходьба и бег. «Гуляем и пляшем» муз. М. Раухвергера.	1	Построение и перестроения, построение в колонну по одному с помощью учителя, построение в одну шеренгу в нарисованных кружках, ходьба по линии на носках и пятках, ходьба с различными положениями рук, Обычный бег. П/и «Пойдем напрогулку» Речевой материал «Веселые ноты»	Выполнение ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	презентация
30	Комплексное развитие физических качеств. Игра «Тихо-громко» на металлофоне.	1	Разновидности ходьбы. Бег с ускорением. Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Ходьба с высоким подниманием бедра. Подвижная игра «Вызов номера». Развитие физических качеств Речевой материал «Веселые ноты»	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	карточки
31	Профилактика плоскостопия.	1	Построение в шеренгу. Разновидности ходьбы. Медленный бег. Упражнения на полу Речевой материал «Веселые ноты»	Выполнение ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	презентация
32	Основные положения и движения (по подражанию). Игра «Птичка и кошка».	1	Построение в колонну по одному, парами, равнение в затылок. Ходьба и бег. Основные положения и движения головы, Наклоны головы с произнесением звуков «да, да, да»; «ай-ай-ай»; «нет, нет» движения кисти рук. (сгибание пальцев в кулак и разгибание. Сведение и разведение пальцев. Сгибание и разгибание кисти. Речевой материал «Веселые ноты»	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне, сгибание разгибание кисти	карточки
33	Развитие координационных способностей. Упражнение «Воротики» муз. Т. Ломовой	1	Ходьба по начерченному коридору шириной 20-30см. Ходьба по «коридору» между двумя скамейками или булавами. Речевой материал «Веселые ноты»	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	презентация

34	Общеразвивающие и корректирующие упражнения.	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметам. Основные положения и движения головы, рук, туловища, ног, общеукрепляющие игра с предметами. Игра с мячами. П/И Речевой материал «Веселые ноты»	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	карточки
За год 34 занятия					

3 класс

№	Наименование программы и тем занятий	Количество во часов	Элементы содержания занятия	Требования к уровню подготовки обучающихся(результат) (знать/уметь)	Оборудование, дидактический материал, ТСО и ИТ
1	Упражнения для формирования правильной осанки. «Качание рук с лентами» муз. А. Жилина.	1	Построение перестроение. Построение в колонну по одному, равнение в затылок. Упражнения для формирования правильной осанки	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне.	Набор картинок игрушек. Музыкальные игрушки. Музыкальное сопровождение.
2	Дыхательные упражнения. «Колыбельная» муз. С. Левидова.	1	Построение перестроение. Построение в колонну по одному, парами, равнение в затылок. Ходьба и бег. Дыхательные упражнения. Игра малой подвижности. Дыхательные упражнения. Глубокий вдох через нос и выдох через рот. Правильное дыхание в ходьбе с имитацией. «Паровоз» - «чу, чу, чу»-выдох. «Самолёт» «у-у-у». Игра малой подвижности. «На праздник»	Выполнение подражательных действий, повторение дыхательных упражнений по показу.	Набор картинок игрушек. Музыкальные игрушки. Музыкальное сопровождение.

3	Основные положения и движения (по подражанию). Игра «Птичка и кошка».	1	Построение в колонну по одному, парами, равнение в затылок. Ходьба и бег. Основные положения и движения головы, Наклоны головы с произнесением звуков «да, да, да»; «ай-ай-ай»; «нет, нет» движения кисти рук. (сгибание пальцев в кулак и разгибание. Сведение и разведение пальцев. Сгибание и разгибание кисти.	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне, сгибание разгибание кисти	Набор картинок игрушек. Музыкальные игрушки. Музыкальное сопровождение.
4	Ходьба и бег. «Марш» муз. Е. Тиличеевой	1	Ходьба под счет, ходьба в колонну парами, по одному, по кругу. Ходьба в медленном и быстром темпе. ОРУ с предметом построение в колонну по одному с помощью учителя	Выполнение ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	Набор картинок игрушек. Музыкальные игрушки. Музыкальное сопровождение.
5	Упражнение «Прыжки» муз. Д. Кабалаевского.	1	Построение в шеренгу. Разновидности ходьбы. Медленный бег. Выполнение вместе с учащимися поскоков на месте на двух ногах; прыжки слегка продвигаясь в перед. Игра «С кочкина кочку»	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег, прыжки.	Набор картинок игрушек. Музыкальные игрушки. Музыкальное сопровождение.
6	Развитие координационных способностей. Игра «Огородная-хороводная» муз. Б. Можжевелова.	1	Ходьба по начерченному коридору шириной 20-30см. Ходьба по коридору между двумя скамейками или булавами.	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	Набор картинок игрушек. Музыкальные игрушки. Музыкальное сопровождение.
7	Ходьба и бег. «Марш» муз. Е. Тиличеевой под ритм маракасов	1	Построение и перестроения, построение в колонну по одному с помощью учителя, построение в одну шеренгу в нарисованных кружках, ходьба по линии на носках и пятках, ходьба с различными положениями рук, Обычный бег. П/и «Пойдем на прогулку»	Выполнение ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	Набор картинок игрушек. Музыкальные игрушки. Музыкальное сопровождение.

8	Ходьба и бег. «Марш» муз. Е. Тиличеевой под ритм бубна	1	Построение и перестроения, построение в колонну по одному спомощью учителя, построение в одну шеренгу в нарисованных кружках, ходьба по линии на носках и пятках, ходьба с различными положениями рук, Обычный бег. П/и «Пойдем на прогулку»	Выполнение ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	Набор картинок игрушек. Музыкальные игрушки. Музыкальное сопровождение.
9	Ходьба и бег. Упражнение «Марш и бег под барабан».	1	Построение и перестроения, построение в колонну по одному спомощью учителя, построение в одну шеренгу в нарисованных кружках, ходьба по линии на носках и пятках, ходьба с различными положениями рук, Обычный бег. П/и «Пойдем на прогулку»	Выполнение ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	Набор картинок игрушек. Музыкальные игрушки. Музыкальное сопровождение.
10	Комплексное развитие физических качеств. Игра «Ловишки» муз. И. Гайдна	1	Разновидности ходьбы. Бег с ускорением. Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Ходьба с высоким подниманием бедра. Подвижная игра «Вызов номера». Развитие физических качеств	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	Набор картинок игрушек. Музыкальные игрушки. Музыкальное сопровождение.
11	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. «Да-да-да» муз. Е. Тиличеевой.	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Основные положения и движения головы, рук, туловища, ног, общеукрепляющие упр-я предметами. Упр- с обручами. П/И	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	Набор картинок игрушек. Музыкальные игрушки. Музыкальное сопровождение.
12	Упражнение на формирование правильной осанки. «Качание рук с лентами» муз. А. Жилина.	1	Упражнение на развитие мышц спины, брюшного пресса: в положении лежа, сидя, стоя.	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне.	Набор картинок игрушек. Музыкальные игрушки. Музыкальное сопровождение.
13	Профилактика плоскостопия. Упражнение «Шагаем как медведи» муз. Е. Каменоградского.	1	Построение в шеренгу. Разновидности ходьбы. Медленный бег. Упражнения на полу		Набор картинок игрушек. Музыкальные игрушки. Музыкальное сопровождение.

14	Основные положения и движения (по подражанию). Игра «Покажи ладошки» рус. нар. мелодия.	1	Построение в колонну по одному, парами, равнение в затылок. Ходьба и бег. Основные положения и движения головы, Наклоны головы с произнесением звуков «да, да, да»; «ай-ай-ай»; «нет, нет» движения кисти рук (сгибание пальцев в кулак и разгибание. Сведение и разведение пальцев. Сгибание и разгибание кисти.	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне, сгибание разгибание кисти	Набор картинок игрушек. Музыкальные игрушки. Музыкальное сопровождение.
15	Развитие координационных способностей. Игра «Хитрый кот» рус. нар. прибаутка.	1	Ходьба по начерченному коридору шириной 20-30 см. Ходьба по коридору между двумя скамейками или булавами.	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	Набор картинок игрушек. Музыкальные игрушки. Музыкальное сопровождение.
16	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Ритмическая игра «Жучки».	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Основные положения и движения головы, рук, туловища, ног, общеукрепляющие упр-я с предметами. Упр- с мячами. П/И	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	Набор картинок игрушек. Музыкальные игрушки. Музыкальное сопровождение.
17	Комплексное развитие физических качеств. «Птички» муз. Т. Ломовой.	1	Разновидности ходьбы. Бег с ускорением. Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Ходьба с высоким подниманием бедра. Подвижная игра «Вызов номера». Развитие физических качеств	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	Набор картинок игрушек. Музыкальные игрушки. Музыкальное сопровождение.
18	Развитие координации движений. «Игра с погремушками» муз. А. Жилина.	1	Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением в перед. ОРУ. Подвижная игра «Два мороза». Развитие координации движений	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	Набор картинок игрушек. Музыкальные игрушки. Музыкальное сопровождение.

19	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча.	1	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игры с метанием, передачей и ловлей мяча: Метко в цель, Мячсоседу Развитие координационных способностей	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег броски малого мяча в стену.	Набор картинок игрушек. Музыкальные игрушки. Музыкальное сопровождение.
20	Игры на развитие внимания. Игра «Тихо-громко» на металлофоне.	1	Инструктаж по ТБ. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег, бег с ускорением. Подвижная игра «Два мороза», «У ребят порядок строгий». «Стань правильно»	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	Набор картинок игрушек. Музыкальные игрушки. Музыкальное сопровождение.
21	Упражнение на формирование правильной осанки. «Качание рук с лентами» муз. А. Жилина.	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Упражнение на развитие мышц спины, брюшного пресса: в положении лежа, сидя, стоя.	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне.	Набор картинок игрушек. Музыкальные игрушки. Музыкальное сопровождение.
22	Игры на развитие внимания. «Зайцы и лиса» муз. Ю. Рожавской.	1	Инструктаж по ТБ. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег, бег с ускорением. Подвижная игра «Два мороза», «У ребят порядок строгий». «Стань правильно»	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	Набор картинок игрушек. Музыкальные игрушки. Музыкальное сопровождение.
23	Общеразвивающие и корректирующие упражнения под ритм маршасов.	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами Основные положения и движения головы, рук, туловища, ног, общеукрепляющие упражнения с предметами. Упр с гимнастическими палками. П/И	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	Набор картинок игрушек. Музыкальные игрушки. Музыкальное сопровождение.
24	Ходьба и бег. Упражнение «Саночки» муз. А. Филлипенко.	1	Построение и перестроения, построение в колонну по одному с помощью учителя, построение в одну шеренгу в нарисованных кружках, ходьба по линии на носках и пятках, ходьба с различными положениями рук, Обычный бег. П/и «Пойдем на прогулку»	Выполнение ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	Набор картинок игрушек. Музыкальные игрушки. Музыкальное сопровождение.

25	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча.	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игры с метанием, передачей и ловлей мяча: Метко в цель, Мяч соседу Развитие координационных способностей	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег броски малого мяча в стену,	Набор картинок игрушек. Музыкальные игрушки. Музыкальное сопровождение.
26	Игры на развитие внимания. «Игра с платочком» рус. нар. мелодия.	1	Инструктаж по ТБ. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег, бег с ускорением. Подвижная игра «Два мороза», «У ребят порядок строгий». «Стань правильно»	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	Набор картинок игрушек. Музыкальные игрушки. Музыкальное сопровождение.
27	Ходьба и бег. Упражнение «Саночки» муз. А. Филлипенко. Игра «Узнай инструмент».	1	Построение и перестроения, построение в колонну по одному с помощью учителя, построение в одну шеренгу в нарисованных кружках, ходьба по линии на носках и пятках, ходьба с различными положениями рук, Обычный бег. П/и «Пойдем на прогулку»	Выполнение ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	Набор картинок игрушек. Музыкальные игрушки. Музыкальное сопровождение.
28	Упражнение на формирование правильной осанки. Упражнение «Хлопки в ладоши» англ. нар. мелодия	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами Упражнение на развитие мышц спины, брюшного пресса: в положении лежа, сидя, стоя.	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне.	Набор картинок игрушек. Музыкальные игрушки. Музыкальное сопровождение.
29	Развитие координации движений.	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением вперед. ОРУ. Подвижная игра «Два мороза». Развитие координации движений	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	Набор картинок игрушек. Музыкальные игрушки. Музыкальное сопровождение.

30	Ходьба и бег под ритм маракасов.	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами Построение и перестроения, построение в колонну по одному с помощью учителя, построение в одну шеренгу в нарисованных кружках, ходьба по линии на носках и пятках, ходьба с различными положениямирук, Обычный бег. П/и «Пойдем на прогулку»	Выполнение ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	Набор картинок игрушек. Музыкальные игрушки. Музыкальное сопровождение.
31	Ходьба и бег под ритм бубна.	1	Сочетание различных видов ходьбы. Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег в заданном коридоре. Бег 30м. ОРУ. П/И «Воробьи и вороны»	Выполнение ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	Набор картинок игрушек. Музыкальные игрушки. Музыкальное сопровождение.
32	Игры на развитие внимания. Ритмическая игра «Паровоз».	1	Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег, бег с ускорением. Подвижная игра «Два мороза», «У ребят порядок строгий». «Стань правильно»	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	Набор картинок игрушек. Музыкальные игрушки. Музыкальное сопровождение.
33	Развитие координации движений. Игра «Веселый оркестр».	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Прыжки на одной ноге, на двух наместе. Прыжки с продвижением в перед. ОРУ. Подвижная игра «Двамороза». Развитие координации движений	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	Набор картинок игрушек. Музыкальные игрушки. Музыкальное сопровождение.
34	Общеразвивающие и корригирующие упражнения.Игра на деревянных палочках	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами Основные положения и движения головы, рук, туловища, ног, общеукрепляющие упр-я с предметами. Упр - с обручами.	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	Набор картинок игрушек. Музыкальные игрушки. Музыкальное сопровождение.
За год 34 занятия					

36
4 класс

№	Наименование раздела программы тем	Количество часов	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся(результат) (знать\уметь)	Оборудование, дидактический материал, ТСО и ИТ
1.	Правила поведения в спортивном зале и на уроках.	1	Беседа о технике безопасности на уроках. Построение и перестроение. Упражнения для формирования правильной осанки.	Соблюдение правил безопасного поведения в процессе занятий физической культурой.	презентация
2.	Упражнения для формирования правильной осанки. «Ветер и ветерок» уз. Л. Бетховен.	1	Построение перестроение. Построение в колонну по одному, равнение в затылок. Упражнения для формирования правильной осанки.	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне.	карточки
3.	Дыхательные упражнения «Танец осенних листочков» муз. А. Филлипенко	1	Построение перестроение. Построение в колонну по одному, парами, равнение в затылок. Ходьба и бег. Дыхательные упражнения. Игра малой подвижности	Выполнение подражательных действий, повторение дыхательных упражнений по показу.	презентация
4.	Основные положения и движения (по подражанию) «Покажи ладошки» лат. нар. мелодия.	1	Построение в колонну по одному, парами, равнение в затылок. Ходьба и бег. Основные положения и движения головы, Наклоны головы с произнесением звуков «да, да, да»; «ай-ай-ай»; «нет, нет» движения кисти рук.(сгибание пальцев в кулак и разгибание. Сведение и разведение пальцев. Сгибание и разгибание кисти.	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне, сгибание разгибание кисти	карточки
5.	Дыхательные упражнения «Танец осенних листочков» муз. А. Филлипенко	1	Построение перестроение. Построение в колонну по одному, парами, равнение в затылок. Ходьба и бег. Дыхательные упражнения. Глубокий вдох через нос и выдох через рот. Правильное дыхание в ходьбе имитацией. «Паровоз» - «чу, чу, чу»-выдох. «Самолёт» «у-у-у». Игра малой подвижности. «На праздник»	Выполнение подражательных действий, повторение дыхательных упражнений по показу.	презентация
6.	Развитие координационных способностей. Игра на металлофоне.	1	Ходьба по начерченному коридору шириной 20-30см. Ходьба по коридору» между двумя скамейками или булавами.	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	презентация

7.	Ходьба и бег. Упражнение «Высокий и тихий шаг. «Марш» муз. Ж.Люли.	1	Построение и перестроения, построение в колонну по одному с помощью учителя, построение в одну шеренгу в нарисованных кружках, ходьба по линии на носках и пятках, ходьба с различными положениями рук, Обычный бег. П/и «Пойдем на прогулку»	Выполнение ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	карточки
8.	Комплексное развитие физических качеств	1	Разновидности ходьбы. Бег с ускорением. Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Ходьба с высоким подниманием бедра. Подвижная игра «Вызов номера». Развитие физических качеств	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	презентация
9.	Профилактика плоскостопия	1	Построение в шеренгу. Разновидности ходьбы. Медленный бег. Упражнения на полу		презентация
10.	Основные положения и движения (по подражанию) «Покажи ладошки» лат. нар. мелодия	1	Построение в колонну по одному, парами, равнение в затылок. Ходьба и бег. Основные положения и движения головы, Наклоны головы с произнесением звуков «да, да, да»; «ай-ай-ай»; «нет, нет» движения кисти рук. (сгибание пальцев в кулак и разгибание. Сведение и разведение пальцев. Сгибание и разгибание кисти.	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне, сгибание разгибание кисти	карточки
11.	Развитие координационных способностей. Игра на металлофоне.	1	Ходьба по начерченному коридору шириной 20-30см. Ходьба по коридору» между двумя скамейками или булавами.	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	презентация
12.	Общеразвивающие и корригирующие упражнения Песня «Огородная хороводная» сл. А. Пассовой, муз. Б. Можжевелова.	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Основные положения и движения головы, рук, туловища, ног, общеукрепляющие упр-я с предметами. Упр-я с мячами. П/И	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	карточки
13.	Комплексное развитие физических качеств	1	Разновидности ходьбы. Бег с ускорением. Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Ходьба с высоким подниманием бедра. Подвижная игра «Вызов номера». Развитие физических качеств	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	карточки

14.	Развитие координации движений. Ритмическая игра «Сделай так»	1	Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением в перед. ОРУ. Подвижная игра «Два мороза». Развитие координации движений	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	презентация
15.	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча	1	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игры с метанием, передачей и ловлей мяча: Метко в цель, Мяч соседу Развитие координационных способностей	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег броски малого мяча в стену.	карточки
16.	Игры на развитие внимания. «Дети и медведь» муз. и сл. В. Верховинца.	1	Инструктаж по ТБ. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег, бег с ускорением. Подвижная игра «Два мороза», «У ребят порядок строгий». «Стань правильно»	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	презентация
17.	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча	1	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игры с метанием, передачей и ловлей мяча: Метко в цель, Мяч соседу Развитие координационных способностей	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег броски малого мяча в стену.	презентация
18.	Игры на развитие внимания. «Дети и медведь» муз. и сл. В. Верховинца.	1	Инструктаж по ТБ. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег, бег с ускорением. Подвижная игра «Два мороза», «У ребят порядок строгий». «Стань правильно»	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег .	карточки
19.	Общеразвивающие и корригирующие упражнения Песня «Огородная – хороводная» сл. А. Пассовой, муз. Б. Можжевелова.	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами Основные положения и движения головы, рук, туловища, ног, общеукрепляющие упр-я с предметами. Упр- с гимнастическими палками. П/И	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	презентация
20.	Упражнение на формирование правильной осанки. «Ветер и ветерок» муз. Л. Бетховен.	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Упражнение на развитие мышц спины, брюшного пресса: в положении лежа, сидя, стоя.	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне.	карточки

21.	Упражнение «Ходьба и бег» лат.нар. мелодия.	1	Построение и перестроения, построение в колонну по одному с помощью учителя, построение в одну шеренгу в нарисованных кружках, ходьба по линии на носках и пятках, ходьба с различными положениями рук, Обычный бег. П/и «Пойдем на прогулку»	Выполнение ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	карточки
22.	Упражнение на формирование правильной осанки. «Веселые дети» лит. нар. мелодия.	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Упражнение на развитие мышц спины, брюшного пресса: в положении лежа, сидя, стоя.	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне.	карточки
23.	Комплексное развитие физических качеств	1	Разновидности ходьбы. Бег с ускорением. Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Ходьба с высоким подниманием бедра. Подвижная игра «Вызов номера». Развитие физических качеств	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	презентация
24.	Развитие координации движений. Ритмическая игра «Сделай так»	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением в перед. ОРУ. Подвижная игра «Два мороза». Развитие координации движений	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	карточки
25.	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игры с метанием, передачей и ловлей мяча: Метко в цель, Мяч соседу Развитие координационных способностей	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег броски малого мяча в стену,	мячи
26.	Игры на развитие внимания «Дети и медведь» муз. и сл. В. Верховинца.	1	Инструктаж по ТБ. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег, бег с ускорением. Подвижная игра «Два мороза», «У ребят порядок строгий». «Стань правильно»	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	презентация
27.	Развитие скоростно-силовых способностей «Лошадки» муз. Л. Банниковой	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами Упражнения на дыхание. ОРУ. «К своим флажкам» «Два мороза» Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	карточки

28.	Развитие координации движений. Ритмическая игра «Сделай так»	1	Ходьба.Бег ОРУ с предметами. Ходьба.БегОРУ с предметами Прыжки на одной ноге, на двух на месте.Прыжки с продвижением в перед. ОРУ. Подвижная игра «Два мороза». Развитие координации движений	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	презентация
29.	Метание теннисного мяча	1	Ходьба.Бег ОРУ с предметами Метание малого мяча в цель3-4метров.Броски малого мяча в стену. Подвижная игра «Два мороза». Развитие скоростно-силовых качеств.	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег броски малого мяча в стену.	карточки
30.	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча	1	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ.Эстафеты с мячами. Игры с метанием, передачей и ловлей мяча: Метко в цель, Мяч соседуРазвитие координационных способностей	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	мячи
31.	Развитие координации движений. Ритмическая игра «Сделай так»	1	Ходьба.Бег ОРУ с предметами. Прыжки на одной ноге, на двух на месте.Прыжки с продвижением в перед. ОРУ. Подвижная игра «Два мороза». Развитиекоординации движений	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	карточки
32.	Игры на развитие внимания «Дети и медведь» муз. и сл.В. Верховинца.	1	Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег,бег с ускорением. Подвижная игра «Два мороза», «У ребят порядок строгий». «Стань правильно»	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	карточки
33.	Развитие скоростно-силовых способностей «Лошадки» муз. Л. Банниковой	1	Упражнения на дыхание. ОРУ. «К своим флажкам» «Два мороза» Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	презентация
34.	Общеразвивающие и корригирующие упражнения Песня «Огородная хороводная» сл. А. Пассовой, муз. Б. Можжевелова.	1	Ходьба.Бег ОРУ с предметами Основные положения и движения головы, рук, туловища, ног, общеукрепляющие упр-яс предметами. Упр. с обручами. П/И	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	карточки
	Итого за год	34			

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.

Спортивный инвентарь: маты, гимнастические скамейки, гимнастические лестницы, обручи, кегли, мягкие модули различных форм, гимнастические коврики, корзины, теннисные, пионербольные, баскетбольные мячи.

Наглядно-демонстрационный материал: папки с иллюстративным материалом по темам.

Наглядные и раздаточные пособия: карточки, волейбольные мячи, теннисные мячи.

Комплект детских музыкальных инструментов: маракасы, трещотки, бубны, барабаны, ложки, треугольники, деревянные палочки

Оборудование: комплект звуковоспроизводящей аппаратуры, персональный компьютер, медиапроектор, беспроводной усилитель, микрофоны, музыкальные центры, усилительные колонки, синтезатор.

Цифровые образовательные ресурсы:

- educont.ru цифровой образовательный контент
- <https://uchi.ru> Платформа «Учи.ру»
- Сборник компьютерных игр «Несерьёзные уроки», обучающих навыкам чтения и счёта «Учим буквы и цифры».
- <http://all.edu.ru> - Все образование Интернета
- <http://Iobraz.ru> – Образование.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.

- Гродзенская Н. Внеклассные мероприятия в коррекционных классах - Волгоград, 2019.
- Евтушенко И.В. Музыкальное воспитание умственно-отсталых сирот - М., 2018.
- Музыка. Пособие для учителя /Сост. Е.Д.Критская, Г.П.Сергеева, Т.С. Шмагина.- М.: Просвещение, 2021;
- Петрушин В. Музыкальная психотерапия. - М., 2017.
- Федосеева О. А. Особенности игровой деятельности детей с интеллектуальной недостаточностью // Молодой ученый. — 2017. — №11. — С. 489-491.
- Шапкова Л.В. Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями в развитии / Под общей ред. проф. Шапковой Л.В
- Эльконин, Д. Б. Психология игры / Д. Б. Эльконин. – 2-е изд. – М. : Гумант. центр ВЛАДОС, 2019. – 360 с Программы образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью / Под ред. Баряевой Л.Б., Яковлевой Н.Н. – СПб., ООО «Производственно-коммерческая фирма «АЛЬМА», 2018.

Интернет-ресурсы http://womenlot.ru/dom/igry_narodov_mira.html, glashamoscow.ru/games-library/outdoor-games,

Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании / Под ред. Медведевой Е.А., Левченко И.Ю., Комиссаровой Л.Н., Добровольской Т.А. – http://www.koob.ru/levchenko_i/artpedagogika; <http://log-in.ru/books/artpedagogika-i-artterapiya>